Collection : Médecine Naturelle et Culture Humaine
*Livre V*

---

Pierre V. MARCHESSEAU



# LES CURES DE SUDATION

## et Autres Méthodes Naturelles De Désintoxication Par La Peau

---

*Préface du Docteur W. DEVRIENT*

Traitement rationnel des rhumatismes, de l'arthrite, de l'eczéma, de l'asthme, de la sinusite, des bronchites, de l'insomnie, de l'obésité, des troubles circulatoires et de la plupart des affections.



*Editions " ACADÉMOS "*

# QU'IL SOIT IMPRIME

Pour ce livre, l'**imprimatur**

a été donné par la

"Société Internationale

de

Médecine Naturopathique"

et la

**" Société Française d'Hygiène**

**et Médecine Naturelles "**

**PARIS**

---

N. - B. - Tous les lecteurs désireux de prendre contact avec ces organismes (bulletins, documentations scientifiques, congrès internationaux), doivent écrire aux

**Editions "ACADÉMOS"**

53, Cours de la Marne - BORDEAUX

Ce livre est dédié à mes amis :

**Arthur et Ellen von SCHRAMM**

***Docteurs en Médecine***

***et Pionniers de la Naturopathie aux U.S.A.***

***et dans le Monde***

---

NATURA

CURAT

**N.-B.** — En 1938, le Dr **A. Schramm** fondait à **Los Angeles**, la « Société Internationale des médecins naturopathes » **I.S.N.P.**, qui devait devenir une des plus grandes organisations du genre, groupant plus de **100.000** praticiens, représentant plus de 40 pays. Vingt ans plus tard, en 1958, le Dr **A. Schramm** donnait une impulsion nouvelle à la Naturopathie, en contribuant à la création de la « Société Internationale de Médecine Naturopathique » dont le siège est à **Barcelone.**

## Dans la même collection :

### ● Les Cures d'Eau

UN LIVRE COMPLET SUR TOUTES LES METHODES PAR L'EAU, EN USAGE INTERNE ET EXTERNE.

(METHODES **KNEIPP**, **GANDHI**, **ROUHET**, **HANISH**, **KHUNE**, etc...).

CE LIVRE CONTIENT EGALEMENT, UNE ETUDE SUR LES BIENFAITS DE L'**EAU DE MER**, LES **EAUX MINERALES** ET LE THERMALISME.

### ● La Médecine par les aliments
***(ou les Cures alimentaires)***

CE LIVRE EXPOSE CLAIREMENT LES LIMITES DE L'ALLOPATHIE, ET LA NECESSITE D'UN « **REGIME HUMAIN** » POUR GUERIR ET CONSERVER LA SANTE. C'EST UNE ETUDE QUI SERT DE FONDEMENT A LA **DIETETIQUE BIOLOGIQUE**.

### ● Comment vaincre la Décrépitude du Visage et du Corps et reculer l'échéance de la Mort

CE LIVRE TRAITE DES **CURES DE RAJEUNISSEMENT**, DE LA LUTTE CONTRE L'ACIDISME ALIMENTAIRE (LA PESANTEUR ET LA SATURATION UREIQUE) ET EXPOSE LES CURES MANUELLES ANTIRHUMATISMALES DE **KNAP**.

### ● La Santé par la Gourmandise

TRAITE COMPLET DE « DIETETIQUE BIOLOGIQUE », **PRATIQUE** A L'USAGE DES MERES DE FAMILLE, AVEC ETUDE DES ALIMENTS SPECIFIQUES, PROPREMENT HUMAINS, ET DES TOLERANCES PERMISES SOUS NOS CLIMATS.

- Tarif sur - demande aux **Editions " ACADÉMOS "**
53, Cours de la Marne - **BORDEAUX**

*Il n'y a qu'une maladie :*
**" l'encrassement humoral ".**
C'est cet "encrassement" qui fait toutes nos maladies particulières, en fonction de ***notre terrain organique*** et à l'échelle de nos ***défenses vitales.***

# Les Cures de Sudation

## Et autres méthodes naturelles de désintoxication par la peau

par le Biologiste

**P. V. MARCHESSEAU**

M. D. ; Ph. D.: D. Sc...

*Il n'y a qu'une thérapie:*
**" l'élimination humorale "**
C'est cette " élimination " qui procède à la guérison de toutes nos maladies, en normalisant le ***terrain*** et en stimulant ***les défenses vitales.***

*A méditer avant de lire ce livre*

# Qui perd, gagne

**« Vous avez de l'eczéma ?**

» — PERMETTEZ MOI DE VOUS FELICITER — SANS CET ECZEMA, VOUS AURIEZ DE L'ASTHME, ET C'EST DIX FOIS PLUS PENIBLE...

**... Après chaque repas, vous courrez au petit endroit ?**

» — REMERCIEZ, DONC, LE SEIGNEUR, QUI DANS SA GRANDE BONTE, VOUS FAIT VIVRE UN PAPIER A LA MAIN...

**... Vous avez du sable dans vos urines ?**

» — C'EST VOTRE « ROUILLE » QUI SORT ; ELLE NE SE METTRA PAS, AINSI, DANS VOS ARTERES...

**... Vous rendez une pinte de sang en allant à la selle ?**

» — MAIS C'EST PARFAIT. POUR VOUS, CHAQUE JOUR EST UN QUATORZE JUILLET ; METTEZ UN DRAPEAU A VOTRE FENETRE... »

**Docteur Julien BESANÇON.**

**N.-B.** — Le **Dr Besançon**, dans tous ses écrits, s'est fait le champion de la médecine d'évacuation et de dérivation. Il n'est pas naturopathe, au sens exact du mot, mais il croit — avec nous — que la médecine ne doit pas oublier les enseignements du « **Vitalisme** » et de la **doctrine humorale.**



**Il est possible — scientifiquement — de prévenir — et de guérir la plupart des maladies sans l'usage de vaccin, de médicament, ou d'opération, et cela, uniquement, en faisant appel aux *Forces Vitales.***

# Règles d'or de la Naturopathie

## par L'AUTEUR

1° **Le diagnostic classique, symptomatique, tel que l'allopathe le pratique n'intéresse pas le naturopathe, parce qu'il ne révèle pas la cause profonde du mal.** Seul, un examen général, portant sur la vitalité retient son attention, afin d'appliquer la méthode physiothérapeutique libératrice (en fonction des émonctoires à solliciter) et d'en régler l'intensité (en fonction des ressources vitales disponibles). La partie saine du malade intéresse, ici, plus que la partie malade.

2° **Les thérapeutiques locales, répressives et toxiques, sont également sans intérêt pour le naturopathe,** parce que les maladies classiques symptomatiques ne sont, le plus souvent, que des manifestations de défense organique qu'on cherche à juguler ; et que, par ce moyen, on accroît la toxémie interne en freinant les éliminations, et en surajoutant des toxines ; d'où récidives, transferts morbides, et aggravations pathologiques.

3° **L'usage continuel des drogues, malgré les succès indiscutables au niveau des symptômes, ruine l'économie et contribue à la dégénérescence individuelle et raciale.** En contre-partie, il faut admettre l'usage et l'utilité de certaines drogues, dans des situations exceptionnelles, pour calmer **une grande douleur, atténuer un symptôme épuisant,** ou **bloquer un envahissement microbien, débordant les défenses.**

4° **Les notions de pluralité et de spécificité en thérapeutique sont des notions vulgaires, issues d'une pensée biologique primitive ;** et la volonté de recherche des principes actifs, secrets, miraculeux (susceptibles d'être des agents correcteurs et suffisants de nos troubles et lésions) procède d'une « conception antiscientifique », mettant en défaut le **principe de causalité.**

5° **Il n'existe pas de remèdes (et il n'en existera jamais) pour guérir vraiment.** Il n'existe qu'une **méthode de santé, et une,** générale et très simple, peu mystérieuse, qui se règle une fois pour toute sur la physiologie humaine qui est immuable. **Et cette méthode est polyvalente,** c'est-à-dire qu'elle est valable pour les bien-portants comme pour les malades, et pour tous les malades dans tous les cas. Elle n'agit pas par elle-même, mais indirectement en normalisant le milieu humoral, source **des forces vitales** de conservation et d'auto-guérison, et elle procède par **désintoxication,** puis par **revitalisation.**

**Le NATUROPATHE ne soigne pas, au sens exact du mot. Il met le corps en état physiologique de SE GUERIR LUI-MEME. Il déclenche l'auto-guérison. Cette conception biologique est difficile à saisir pour un esprit formé aux disciplines classiques.**

LES **JEUNES** SE PORTENT BIEN PARCE QU'ILS ELIMINENT, **LES VIEUX** SONT MALADES PARCE QU'ILS ELIMINENT PEU OU MAL. LES CARENCES NAISSENT SUR LES TERRAINS TOXEMIQUES. **LE GRAND PROBLEME EST CELUI DE L'ELIMINATION.**

**LES MALADIES DE RELAIS (DE DERIVATION ET D'ELIMINATION) PAIENT EN ARGENT CE QU'ON RECEVRA EN OR, PLUS TARD, SOUS FORME DE SANTE ET DE LONGEVITE.**

**Docteur BESANÇON.**



**Amicus Plato, Sed Magis Amica Veritas**



# PRÉFACE

En acceptant de présenter ce livre, je n'ai nullement voulu nier le progrès accompli, en cinquante ans, par les sciences médicales, ni mettre en doute la valeur de certaines thérapeutiques d'urgence. La médecine moderne, sous cet angle, a sauvé la vie à des milliers de malheureux, de deshérités et d'accidentés. **Mais toute la médecine n'est pas là.** Ce progrès que nous admirons ne correspond pas à une revalorisation sanitaire du groupe humain, bien au contraire. L'état de dégénérescence des peuples modernes est indiscutable, et semble croître justement en fonction de ce progrès. La médecine de notre temps ne vise qu'aux « réparations les plus urgentes » de ce délabrement racial, et semble avoir perdu son véritable but : **faire de la Santé.** La raison de cet oubli vient d'une part de la nécessité d'agir vite au sein d'un milieu de plus en plus artificiel et stressant, et d'autre part de l'influence des sciences physico-chimiques sur celles de la biologie et de la médecine. Nous ne jetons la pierre à personne, mais sentons que le moment est venu de faire le point, d'une manière objective.

La médecine moderne, a-t-on dit, manque de doctrine C'est exact. La vie échappe à la science expérimentale, chère à **Claude Bernard** (1). La biologie a ses propres lois, qui ne sont

(1) **Cl. Bernard** (1813-1878) fut le grand prêtre de la médecine expérimentale. Le seul moyen est la découverte de la cause par l'expérimentation ; le but est de donner une explication physico-chimique des phénomènes — le laboratoire est le sanctuaire de la médecine. Certes **Cl. Bernard,** par cette méthode, a fait de grandes découvertes en physiologie, et a donné un grand essor à la médecine moderne. Malheureusement il s'est contredit en reconnaissant que l'analyse est insuffisante pour atteindre **aux causes profondes,** et qu'il existe une **force vitale,** directrice, capable de modifier à son avantage l'allure habituelle des phénomènes. « Chaque être, a-t-il écrit, est animé d'une **force vitale** qui commande de plus en plus fort à mesure qu'on s'élève dans l'échelle de l'organisation ; chez l'homme, cette « force » rend difficile toute expérimentation... **C'est cette « force » qui conserve l'être ». Cl. Bernard,** observateur impartial, raisonnait **en pur vitaliste.**

pas exclusivement celles de la physique ou de la chimie. **Hippocrate** l'avait pressenti (2). Il faut repenser la « médecine humorale », et redevenir « vitaliste », au siècle de l'atome.

Il n'est pas exagéré de dire que la médecine moderne est étouffée sous un incroyable entassement de faits d'observation, tous de valeur mais sans lien entr'eux. Cette richesse même fait sa pauvreté. Des tonnes de marbre, de ciment, de bois précieux, d'étoffes rares ne font pas un palais. Sans idée générale pour ordonner le savoir médical, l'action thérapeutique est trop souvent limitée et contradictoire. On arrête brillamment la maladie symptôme, **mais le mal profond continue sournoisement son chemin.** La théorie microbienne, dans ses extrêmes, n'est qu'une mystique, dont **Pasteur** refuserait à coup sûr, la paternité (3).

---

(2) **Hippocrate** (460-370 Av. J.-C.) fut, dit-on, le père de la médecine. Il fut, surtout, un des grands maîtres de la **Naturopathie.** Pour lui, il est bon de s'appuyer sur les faits, mais il faut aussi **raisonner** sur eux (« médecine rationnelle » par opposition à « médecine scientifique »). Les altérations des liquides humoraux font nos maladies, et l'organisme tend de lui même à rétablir sa pureté humorale par des « crises curatives ». Cette doctrine hippocratique a survécu sous le nom de « médecine traditionnelle ».

(3) A sa mort **Pasteur** aurait dit : « **le microbe n'est rien, c'est le terrain qui est tout** ».

On ne peut pas soutenir, écrit le **Dr Gillet,** dans son livre : « Le Roman des Microbes », que toutes les maladies infectieuses soient produites par l'introduction dans le corps de microbes pathogènes spéciaux. Dans bon nombre de ces maladies, il est impossible de découvrir ces microbes. On n'a pas pu encore en dénicher un ni pour la rougeole, ni pour la scarlatine, ni pour la dysenterie, ni pour la rage. On parle bien de **virus,** mais ce sont des germes mal connus et mal isolés. Il y a des constatations encore plus gênantes. Rien n'est plus fréquent que de ne trouver, chez des tuberculeux, aucune trace de microbes spéciaux, en particulier chez les tuberculeux avancés en âge. Dans une foule de cas les spécialistes n'arrivent pas à découvrir sur les cadavres de tuberculeux la présence du fameux bacille. Sur les vivants, quand on trouve des microbes dans les crachats, un jour, très souvent on n'en voit plus le lendemain. Il arrive qu'on n'aperçoive pas un seul bacille dans les tubercules, ni dans les granulations grises. Et, cependant, où devraient-ils être si ce n'est là, au berceau, au point de départ de la maladie ?

Par antithèse, on rencontre des bacilles chez des gens non tuberculeux. On en trouve dans la morve de personnes enrhumées ou bronchiteuses. On sait qu'on voit un peu partout des bacilles absolument analogues aux **bacilles de Koch,** microbes droits, en batonnets, **se colorant à la fuchsine** et **restant colorés en rouge après passage dans l'acide.** On trouve des bacilles de ce genre dans le lait, le beurre, les graminées, le sel, le fumier, les eaux d'égout. On en trouve, également, chez les



Il est évident que la médecine tourne en rond, et ne progresse pas. A chaque découverte, elle retombe dans les mêmes erreurs. Chaque succès se couronne à la longue par des échecs. Les maladies changent des noms, mais restent à vaincre. **Le médecin ignore la médecine.** Pour progresser réellement, la science médicale doit se reconstruire autour d'une idée générale, modelée par une imagination créatrice synthétique, suffisamment forte pour axer les recherches, et ne plus les laisser au hasard de l'empirisme et des tâtonnements successifs de l'induction. La frénésie des expérimentations systématiques pour épuiser un champ d'observation montre bien le peu de personnalité de la pensée médicale moderne, et l'esclavage dans lequel elle est tombée.

Le savant de laboratoire, dont la méthode est l'analyse, est un **nain,** perdu dans la forêt de la connaissance et la jungle de l'inconnu. Il a besoin, de temps à autre, de grimper sur les épau-

---

personnes saines, dans le nez, le segma préputial, les organes urinaires, les yeux, les bronches, et ailleurs. Tous sont semblables aux B. K... Il est impossible de les distinguer.

Il en est de même dans la fièvre typhoïdes. On dit que son microbe est un bacille spécial, celui d'**Eberth ;** mais, le plus souvent, on n'y trouve que le bacille ordinaire des intestins (bactérium coli), ou bien toute une série de formes intermédiaires, qui semblent être produites par l'action des milieux pathologiques.

S'il était vrai qu'il se livrât entre les microbes et les globules blancs d'épouvantables batailles, que devrait-il arriver à la mort du malade ? Et bien, les globules blancs, défenseurs, étant foudroyés, **les microbes parasites devraient pulluler.** Or il n'en est rien. Aussitot le malade mort, les microbes disparaissent. Au bout de 15 jours, il n'y a plus rien, et on voit apparaître d'autres microbes, ceux de la putréfaction. Ces nouveaux microbes n'ont point été introduits au dehors. Ils se sont produits **par mutation,** dans l'organisme. C'est le milieu qui fait le microbe, et non l'inverse.

A tout moment, dans nos tissus, il peut se produire des microbes par **auto-génèse,** aux dépens des plasmas et des granulations. Microbes et virus ne sont que des éléments histologiques. Ce sont des cellules libres. La doctrine, qui enseigne que le microbe est la cause des maladies, est un défi au bon sens. C'est le monde à l'envers ; autant dire que l'enfant engendre le père !

Les microbes n'engendrent pas la maladie, c'est au contraire la maladie qui est leur mère. Et cela est vrai comme la mort est la mère des microbes de la putréfaction. **Les microbes de la maladie ne sont pas plus pathogènes, que ceux de la putréfaction ne sont mortigènes.** Qui s'aviserait de dire que ce sont les vers d'un cadavre qui ont occasionné la mort de l'individu ? »

**Docteur GILLET.**

les du géant philosophe, pour reconnaître son chemin ; mais fier de ses réussites partielles, cette gymnastique lui déplaît. Il n'a de leçons à recevoir de personne, et le nez dans ses cornues rêve de refaire un monde à sa manière, à l'exemple de l'apprenti sorcier.

**Le temple de la médecine moderne a besoin d'un grand architecte.** Quel cerveau, assez puissant, donnera des bases stables à la médecine, fondant harmonieusement les grandes disciplines **allopathique, homéopathique** et **naturopathique,** en un seul enseignement.

Ce livre est admirable, en ce sens, parce qu'il préfigure la réforme, et montre la voie du redressement.

Moi-même, disciple d'**Hippocrate,** je salue en l'auteur un « super-confrère » de la lignée des **Lust, Schultz, Graham, Lindlahr, Trall** (4). La guérison ne peut venir du dehors ; elle s'organise d'elle-même, lentement, et en dedans. On ne sait rien des processus vitaux, et les isotopes traçants ne nous enseigneront rien de plus. En thérapie, on confond action et réaction. Un énorme chapitre de physiologie reste à écrire : **celui de l'élimination, et de l'auto-guérison.** L'auteur a compris que la médecine nouvelle doit avoir pour fondement les lois infaillibles qui commandent à l'**homme vivant et sain,** et ne plus reposer sur les fastidieuses et minutieuses observations des organes malades et des cadavres. Ce qu'il faut comprendre, c'est la vie ; et c'est elle qu'il faut copier. L'étude de la mort et de ses lésions ne mène à rien. Seules, les méthodes de santé, chères à l'auteur, sont **guérisseuses,** au sens exact du mot (5). Pendant des millions d'années, les organismes ont vécu et prospéré sans médecine, ni chimie. Il est bien prétentieux, brusquement, de vouloir faire dépendre leur avenir de telles recherches. Le créateur n'a pas attendu les as de la physiologie ou de la microbiologie modernes pour assurer la protection de ses créatures. Ses précautions étaient prises. Ce sont ces moyens naturels qu'il faut, maintenant, étudier ; et dans cette voie nos savants rencontreront moins de désillusions, croyez-moi, que dans celle de la chimiothérapie.

A notre époque, où la science médicale est incapable d'apporter une solution satisfaisante au problème de la santé, en restaurant la race dans ses qualités premières de vitalité et d'immunité, je souhaite que ce travail soit apprécié à sa juste valeur **et par le public qui doit apprendre à mieux connaître le problème exact posé par la notion de guérison, et par le corps médical dont l'intérêt est de connaître des méthodes profondes, rénovatrices du terrain, et éminemment guérisseuses, capables de réussir à bon compte, de sauvegarder le capital organique, et d'éviter les récidives et les déchéances morbides.**

**Docteur W. DEVRIENT** (6)
Berlin - Février 1959

**L'Allemagne** a été le berceau de la Naturopathie. Beaucoup de médecins allemands sont demeurés, encore à notre époque, partisans des méthodes naturelles. Il existe un groupement très important en faveur des méthodes du **Curé Kneipp.** En France, ce mouvement est représenté par une « Société de Kneippthérapie » présidé par notre ami le **Docteur Ribollet.**

Cependant il serait injuste de parler des Naturopathes Allemands sans mentionner le biologiste **Louis Khune, de Leipzig,** qui reste une des plus belles figures de notre enseignement, ayant été un des premiers à défendre les notions **d'unité morbide** et **d'unité thérapeutique.**

En microbiologie, les travaux du **Docteur Tissot** (ancien professeur au Muséum d'Histoire Naturelle de **Paris**), et du Professeur de Médecine **Béchamp** viennent montrer l'importance du terrain, responsable de nos infections. La théorie de la floculation d'**A. Lumière** apporte une base, de plus, à notre enseignement.

---

(4) **Benedict Lust** (1872-1945) gagna l'amérique en 1892 sur le conseil du **Curé Kneipp** pour enseigner la Naturopathie aux U.S.A. Il est à l'origine de « **l'American School of Naturopathy** » de **New-York.**

**Carl Schultz** (1849-1935) fonda « **l'Université libre de Médecine** » en Californie, pour enseigner également la Naturopathie. Cette Université devint plus tard « **l'Emerson University** », puis la « **Sierra State University** ». Les docteurs Sylvester **Graham,** R.T. **Trall, Lindlahr et Isaac Jennings** sont considérés comme les pionniers du **système hygiéniste,** forme avancée de la naturopathie (V. plus loin).

(5) **Elles sont curatives** parce qu'elles suppriment la cause du mal profond, les autres méthodes, si efficaces soient-elles en apparence, ne sont que **palliatives.**

(6) Le D[r] **W. Devrient** était directeur de la revue allemande « Heilkunde Heilweige ». Quelques mois seulement, après avoir écrit cette préface, exactement **le 9 Juillet 1959,** notre excellent ami devait mourir, chez lui, à **Berlin.** D'origine huguenote, le D[r] **Devrient** était un ami sincère de notre pays, et un grand admirateur de notre culture. Il souffrit beaucoup du régime hitlérien, et fut très éprouvé par la guerre.

La revue « Heilkunde Heilweige » était l'organe officiel pour l'Allemagne de la « **Société Internationale des Médecins Naturopathes** » (I.S.N.P. — Graham — Floride). Cette mort brutale a été douloureusement ressentie dans le milieu naturopathique international.

" Je l'ai soigné,
Dieu l'a guéri ".
(A. PARÉ.)

# INTRODUCTION

Rien ne se fait dans l'organisme sans l'aide de la **force vitale.** Toute **santé** qui se maintient, toute **guérison** qui s'opère procèdent de cette « force ». La formule d'**Ambroise Paré** (1) est la nôtre. Les allopathes ont tort de ne pas en convenir, et surtout de ne rien faire en faveur de la vitalité. Ils comptent trop sur eux, et pas assez sur la nature. Pourtant, elle, seule, peut tout ; et lorsqu'elle ne peut plus remplir ses fonctions, rien ne va plus. Le meilleur des topiques est impuissant à cicatriser la peau d'un cadavre ; aucune fracture ne se réparerait jamais sans l'activité propre du tissu osseux.

Chaque cellule, chaque colonie cellulaire organisée est douée d'**une faculté de conservation, et de restauration,** qui travaille suivant un plan préétabli, et obéit à une sorte d'intelligence organique (Loi de **Walter**) (2). Aussi convient-il de connaître en premier lieu cette faculté de la nature, ou cette **force vitale** si précieuse, afin de la développer au maximum, et de savoir la solliciter.

Notre thérapeutique (si thérapeutique il y a) est celle de la « Natura Medicatrix » ; et pour nous **le médecin doit céder le pas à l'hygiéniste**, et devenir le « minister naturæ ». Il ne peut faire mieux.

Comment cette « force vitale » s'exerce-t-elle ? La vie est une assimilation et une désassimilation continues, rythmées dans l'état de santé, déréglées dans l'état de maladie ; on parle d'équilibre avec juste raison.

Le phénomène morbide primitif est **un ralentissement de la désassimilation** (c'est-à-dire de l'élimination). Déchets et résidus surchargent, alors, le milieu humoral ; et la vie cellulaire se trouve compromise (3). **A. Carrel**, par ses expériences sur les tissus vivants, a bien montré la nécessité d'épurer régulièrement les milieux de culture. Dans un milieu pauvre en éléments nutritifs, mais propre, les cellules se liquéfient par **autolyse** ; dans un milieu riche, mais souillé, elles coagulent par **floculation.** Ce dernier phénomène est le plus fréquent. **Guérir,** c'est, donc, rendre aux cellules leur liberté d'échange **en épurant à fond le milieu lymphatique** dans lequel elles sont plongées (4).

En principe, la « force vitale » se charge de l'épuration. Lors-

---

(1) **A. Paré** (1510-1592), ancien barbier devenu chirurgien, eut à soutenir des luttes sévères contre ses collègues conformistes. Intelligent et pratique, il écrivait en français (non en latin), et employait le mot juste. Pour cela, il fut accusé d'obscénité, alors qu'il traitait des « choses naturelles en vrai médecin ». De plus, il fut un ardent défenseur des stimulants cutanés et des vésicatoires, qui, disait-il, « brassent, remuent et purgent les humeurs ».

(2) Au cours d'un jeûne, on perd d'abord les **tissus non vitaux,** c'est-à-dire les surcharges étrangères (toxines, tumeurs, pus, graisse, etc...). Le processus est réglé d'un manière parfaite, il n'y a jamais d'erreur. Le jeûne est une opération sans couteau, par autolyse, d'une habilité extraordinaire qui respecte les **tissus utiles.** Les centres nerveux sont laissés intacts (**Loi de Yeo**). C'est la « force vitale » qui dirige ce choix.

A **l'Hôpital de Léningrad,** deux groupes de chats reçurent une dose mortelle de cyanure. Le groupe **anesthésié** (privé de « force vitale ») mourut en totalité ; le second, non anesthésié, résista, et de nombreuses bêtes échappèrent à l'empoisonnement. La « force vitale » a pour siège les centres nerveux diencéphaliques, qui commandent aux processus physiologiques de l'élimination guérisseuse. Les anesthésiques privent l'organisme de cette défense. C'est en ce sens qu'on peut parler **d'immunité nerveuse.**

(3) On peut comparer, assez grossièrement, ce phénomène à celui de l'encrassement d'un filtre, qui interdit les échanges de liquide dans les deux sens.

(4) **Le milieu trop riche** se comporte comme un milieu toxique. La multiplication des cellules n'est, cependant, pas arrêtée ; elle est intensifiée mais les cellules perdent leur caractère spécifique. Elles se « dédifférencient » ; **elles deviennent de grosses cellules primitives, banales, non différenciées, sans spécificité.** On assiste à une prolifération anarchique de cellules autonomes, qui rappelle celles du **Cancer.** Enfin, tout espoir de conserver en vie le fragment de tissu est perdu dès qu'apparaissent les globules de graisse. La graisse n'est pas un signe de vitalité, mais une marque de dégénérescence.

Inversement, **en milieu moins riche,** elles retrouvent leur rythme normal de reproduction et de naissance, et leurs caractères de cellules spécialisées d'un tissu donné. Elles se « réintègrent ».

**En milieu épuré, elles semblent pouvoir vivre indéfiniment.** Donc, la régénération se fait, — **mais par une normalisation du milieu humoral.** Et cette normalisation s'opère par un phénomène de **désintoxication,** soit par simple privation (jeûne, ou régime autolytique) soit par accélération des éliminations. Nous n'avons pas les moyens d'agir autrement sur la matière vivante.

que le seuil de tolérance est dépassé, l'organisme mobilise déchets et résidus et toutes substances étrangères qui encombrent les humeurs (sang, lymphe et fluides cellulaire) ; il les canalise vers les grands émonctoires : peau, intestin, reins, poumons. Ces expulsions se font au cours de **réactions inflammatoires** qui sont **locales** (fluxions) ou **générales** (fièvres), **rapides** (aiguës) ou **lentes** (chroniques). Ces **réactions de défense** sont les éléments symptomatiques de nos maladies classiques. Le phénomène de la guérison n'est rien d'autre qu'un effort d'élimination, dirigé par la « force vitale ». C'est un effort compensateur des surcharges, et destiné à rétablir la pureté humorale. Les maladies de défense sont des **actions vitales**, des résistances intelligentes de l'organisme aux poisons, des mesures de protection. Aussi étrange que cela puisse paraître, **la maladie est une action correcte dont le but est de guérir le mal profond** ; et elle tend toujours dans la meilleure des directions possibles **(Loi d'Orthopathie de Jennings)** (5).

L'élimination est la **clef** de la guérison, qui peut se faire spontanément (auto-guérison **directe**) ou qui peut être favorisée par des moyens physiothérapiques (auto-guérison **indirecte**). La guérison reste, de toutes façons, une « auto-guérison ». En effet, ce phénomène se réalise toujours par le jeu des plasmas circulants qui drainent les substances nocives vers la périphérie. La **peau** joue, ici, un grand rôle. Elle est chargée de filtrer sans arrêt une masse considérable de ces substances. Elle le fait doucement par sa **couche basale épidermique**, visiblement par les **glandes excrétrices de son derme**, et violemment par les **brèches** qu'elle creuse à travers ses enveloppes. Chaque fois que le bon sens

(5) L'allure des réactions mesure la force du **pouvoir guérisseur**, qui s'exprime par le rapport entre la hauteur du potentiel vital (masses des cellules saines) et la somme des surcharges humorales (masses des cellules mortes, floculats, sels toxiques, etc...) Ce rapport est appelé : **équation vitale de Sharma.**

Le potentiel vital élevé fait les maladies aiguës des enfants, aux réactions **violentes, générales** et **courtes.** Un potentiel vital bas, fait les maladies chroniques des vieillards aux réactions **lentes, localisées** et **continues.**

En général, la médication agit en abaissant le pouvoir guérisseur, en freinant les défenses, en bloquant les centres nerveux diencéphaliques, et les éliminations .Il s'ensuit des modifications dans la forme des symptomes, qui peuvent faire croire à une **guérison** ; mais une deuxième maladie s'annonce très vite. Par exemple, le malade n'a plus d'eczéma, mais une crise d'asthme l'étouffe ; des microbes de la typhoïde se métamorphosent en ceux de la pneumonie ; un grippé voit sa fièvre et ses sueurs disparaître, mais il y gagne une grave encéphalite ; une coqueluche est stoppée, et laisse à sa place des troubles osseux.



médical a compris cela, les résultats ont toujours été excellents.

« Mon malade a bien sué aujourd'hui, il sera guéri demain », déclare le bon vieux médecin ; et la sagesse populaire conseille depuis toujours les boissons chaudes pour faire transpirer. Ici, on met le bronchiteux dans le fumier ; là, on couvre le rhumatisant de boues chaudes. Ailleurs, comme en **Finlande**, on sue en famille autour de chaudrons d'eau bouillante ; les **Arabes** prennent des bains de vapeur les **Japonais** des bains d'eau à 50° Marc de raisin qui fermente, sable chaud du désert, sources thermales, montagnes enflammées, **quel que soit le support de la chaleur**, celle-ci est toujours la grande bienfaitrice, parque qu'elle active la couche basale, et les glandes dermiques, et qu'éliminer, c'est guérir. On va, même jusqu'à solliciter plus fortement, encore, la peau par des fièvres artificielles, des phlyctènes, des brûlures. Le blanc a ses vésicatoires et ses abcès ; le noir, ses plantes et son fer rouge ; le jaune, sa lancette et ses moxas.

Comment peut-on provoquer de telles réactions cutanés, salutaires, et sans danger ? La réponse fait l'objet de ce livre.

Il est temps — comme disait **Bouchard** (6) — que chacun prenne la peine de réfléchir, et ne s'arrête plus à **la simple expression phénoménale de la maladie**, mais se représente les conditions profondes qui les engendrent.

Un jour que nous complimentions un paysan sur sa robustesse celui-ci nous dit : « J'ai pourtant **90 ans**, mon bon monsieur ». Et comme nous lui demandions, fort étonné, quel était son secret ou bien celui de son médecin, il s'exclama : « ...des médecins, je n'en vois pas, sauf pour les enterrer, et j'en ai déjà mis quatre en terre car je suis fossoyeur. Ils n'ont pas de santé... Quant à moi, mon secret est bien simple, **je mange une fois moins qu'à trente ans, dors deux fois plus, et sue trois fois plus.** Faites comme moi, vous pourrez labourer à mon âge, et honorer encore les dames ».

Ce fait, et d'autres, confirment que **pour guérir ou rester**

(6) Le professeur **Bouchard** a écrit, en parfait « vitaliste » :

« Nature médicatrice, effort curateur par excellence, tendance naturelle de tout l'être à la guérison, travail intelligent de réparation, évolution naturelle de restauration, sous quelque nom qu'on la dissimule, **la réaction vitale est une réalité** ».

**Bouchard** a mis en évidence les maladies par ralentissement de nutrition (troubles généraux des échanges et auto-intoxications qui en naissent). Ce sont, au départ, tous les troubles fonctionnels du tube digestif, du foie, des reins, des glandes antitoxiques qui engendrent des poisons. L'intoxication « venant du dedans » est l'idée maitresse de **Bouchard** ; elle s'apparente à notre conception.

**jeune** (rajeunir = guérir) la méthode se ramène toujours à l'**élimination** (7). Elle se résume aux trois préceptes de notre laboureur :

1° assécher la source toxémique en réduisant l'alimentation ;

2° libérer les centres nerveux, et diencéphaliques, qui commandent à l'élimination (relaxation et sommeil) ;

3° aider à drainer les humeurs, en ouvrant largement les émonctoires, et principalement la peau.

C'est simple, et valable pour tous, dans tous les cas. Point de principes chimiques mystérieux, d'actions spécifiques miraculeuses. « Trop simple pour être vrai », diront les scientistes en mal d'érudition (8). Mais la vérité se moque des beaux discours. Ce qui compte, c'est de voir clair, et de réussir, à coup sûr. Il

---

(7) Nous revenons toujours au **terrain,** et aux **manœuvres d'épuration.** Voici quelques exemples particulièrement édifiants :

Chacun sait que la syphilis au stade avancé de la paralysie générale est inguérissable. mais elle reste, chose ignorée, sous le contrôle de la « force vitale » qui ne demande qu'à s'exercer pour peu qu'on lui en donne l'occasion. **Baillarger** cite deux guérisons, obtenues par suppurations massives à la suite de brulures accidentelles dans un incendie. Le **Dr Besançon** qui rapporte les faits, déclare : « Je ne demande pas qu'on jette au feu tous les fous. mais je sais bien que lorque **Voisin,** dont j'étais l'interne à **Bicètre,** m'ordonnait de mettre un séton à la nuque d'un paralytique général, nous observions toujours une rémission prolongée... Par malheur, les malades arrachaient leur pansement et, bien entendu, recommencaient à délirer... J'ai soigné avec succès, dans ma pratique, des paralytiques généraux au moyen de vésicatoires permanents, disposés en série de la nuque aux lombes, et conjugués avec des sudations massives et des purgations drastiques ».

Le docteur **Ossen** soignant un malade atteint d'une hypertension élevée rebelle à tout traitement, observa un curieux phénomène. Une piqure intra-musculaire déclencha un important **abcès de fixation** à la fesse. Or, tout le temps que dura l'abcès, **la tension fut presque normale.** Intriguée, le praticien provoqua expérimentalement sur des rats une forte hypertension, qu'il guérit par des abcès. Cette méthode, incompréhensible pour la médecine classique, fut malheureusement abandonnée, au profit de techniques plus complexes, moins sûres, **moins causales,** telles que la radiothérapie ou l'ablation chirurgicale d'éléments du système sympathiques.

En 1959, la presse régionale du Sud-Ouest a raconté l'histoire d'un paysan, sourd depuis de longues années, qui fut guéri par des piqûres d'abeilles à la tête. On a donné, de ce fait, une explication officielle où on laissait entendre que le **venin** des abeilles devait contenir un **principe actif anti-rhumatismal (!).** En réalité la spondylarthrose de l'oreille a été « drainée », si l'on peut dire, par les suppurations lymphatiques, massives, survenues après les piqûres. Le Curé **Kneipp** guérissait les sourds avec son « huile excrétive », par application sur l'os mastoïde. Il asséchait, également, les otites, de la même façon, par dérivation.

Toutes ces guérisons s'expliquent mal du point de vue médical classique, **mais elles sont très claires pour le naturopathe.**

(8) Il nous est arrivé, au cours de conférence, de nous attirer quelques remarques désagréables de la part d'auditeurs conformistes. Un jour que nous nous efforcions d'expliquer la génèse du rhumatisme, (la « maladie aux trente-six papas » de l'enseignement officiel) et que nous affirmions que cette maladie n'a, en réalité, qu'une seule cause : **l'acide urique qu'il suffit d'expulser pour guérir** ; un maître présent nous déclara : « mais, c'est là l'explication de ma concierge ! ». A quoi nous avons répondu : « Tous vos mots barbares : lombalgie, ostéo-arthrite, ostéoporose, spondylose rhizomélique, calcification du nucleus pulposus, etc..., **décrivent le mal mais ne l'expliquent pas.** Ils vous font perdre de vue la vérité clinique et l'unité causale, qui est à l'origine de tout rhumatismes. Vous prenez, pour le mal en soi, les effets secondaires et leurs interférences organiques ; vous confondez saturations uricémiques et réactions inflammatoires ou sclérosantes de défense ; vous ne voyez que les grossiers symptomes et leurs localisations imposées par des causes occasionnelles, d'où vos erreurs de diagnostic, vos contradictions sur l'origine et la nature du mal, vos incertitudes et vos embarras pour soigner. Il résulte de vos interprétations bien des échecs, à tel point que le rhumatisme est une « maladie qui reste à guérir », malgré la cortisone. Votre concierge, cher maître, est plus habile que vous en matières de rhumatisme. Elle a, sûrement, lu les cures de **Baunscheidt,** et réussira là ou vous échouerez. Et permettez moi de vous dire que s'il m'arrivait un jour d'être saisi dans mes jointures, c'est vers elle que j'irais, et non vers vous ». Il va sans dire que l'excellent homme n'est point devenu notre ami.

Une autre fois, après lecture d'attestations reçues, un rhumatologue nous dit : « **Ce que vous dites est vrai, mais nos clients exigent d'autres thérapeutiques. Ils lisent les journaux, et viennent chez nous avec des idées bien arrêtées. Si nous appliquions votre technique, nous n'aurions pas un chat. C'est trop compliqué, et pas assez pratique pour la plupart de nos malades** ».

A ce médecin, nous avons répondu : « Vous faites de la psychologie mais non de la médecine ; vous admettez que pour guérir il faut appliquer telle méthode, mais vous la jugez difficile à faire accepter par le malade, **auquel vous cherchez à plaire, avant tout,** en lui concédant ce qu'il demande, sachant pertinemment que la réussite est hypothétique. Je sais que le médecin doit vivre de son métier, qu'il doit faire taire dans les 48 heures tout symptôme douloureux ou inquiétant, **sans rien changer au mode de vie du patient,** qu'il doit, en quelque sorte, se comporter comme un « sorcier », s'il veut voir grandir sa clientèle. La chimie facilite son rôle ; mais ne doit-il pas essayer de faire mieux et de devenir **un véritable éducateur pour remplir sa mission ?** Le succès de certains praticiens comme **Kneipp, Khune, Priennitz, Schroth, Just,** vient d'une telle réforme. Le public n'est pas si sot, et il finit par voir clair si peu qu'on lui explique les avantages de la méthode sur les autres médications ».

faut croire en la **Vie** et en la **Force** qui l'exprime ; il faut comprendre la nature, et l'aider dans sa tâche. Nous attachons beaucoup trop d'importance aux analyses savantes, longues, délicates, infinies et coûteuses : **et nous oublions les leçons que nous donne la vie** (9).

Le **Docteur Madeuf** nous disait : « La médecine normale est celle de l'Homme Total ; et elle est plus hygiénique que thérapeutique. **Elle est naturelle.** Il faut revenir à ces méthodes physiologiques et générales qui faisaient les générations robustes et les longues vieillesses. Ce serait un bien de renoncer, dans la majorité des cas, à **la médecine dite savante,** qui cache son ignorance sous le couvert d'investigation de plus en plus complexes, et d'une pharmacie sans cesse plus dangereuse. **Je ne crains pas de dire que toutes les maladies, même celles qui tuent, guérissent fort bien lorsqu'elles ne sont combattues par aucun médicament, mais seulement par un régime et des mesures d'hygiène** ».

Le **Docteur Bonnefay**, qui fut avec **Dujardin-Baumets**, un des pionniers de la diététique, écrivait sensiblement la même chose : « Le mal augmente et s'aggrave, il faut l'enrayer par **la simple thérapeutique qui vise à refaire le terrain.** Cette méthode n'est pas tellement fausse. C'est le plus sûr moyen que je connaisse pour sauver notre pauvre humanité, décadente ».

A notre époque de scientisme médical absolu, et de dogmatisme, où les antibiotiques succèdent aux sulfamides, où le P.A.S. prend la suite des sels d'or avec les mêmes faiblesses, où le chimiste croit toujours détenir la **drogue définitive,** mais

(9) Il n'y a pas de sciences du particulier, il n'y a de science que du général **(Aristote).** La médecine savante n'est pas une médecine raisonnable. La spécialisation conduit au retrécissement de l'intelligence, et l'éminence même d'un spécialiste le rend plus dangereux **(A. Carrel).** Les spécialistes sont utilisés pour la recherche, mais l'application des résultats de leurs efforts exige la Synthèse des données éparses de l'analyse. Le culte du détail, du fait et de la précision tue la médecine, et voue l'hygiène à l'inertie. **L'esprit d'analyse,** poussé à l'extrême, provoque une véritable « myopie intellectuelle », une incapacité à s'élever à des vues générales pour dominer le problème. On accumule une montagne de faits, et on se trouve incapable d'en tirer une conclusion ou bien on se condamne à prolonger l'investigation et les meilleurs finissent par sombrer dans le scrupule ou le scépticisme. A l'opposé, **l'esprit de synthèse** se caractérise par une aptitude à généraliser. Il passe, aussi vite que possible, des faits à la **Loi** et des lois aux règles générales qui ordonnent le tout. C'est un architecte. Les grands esprits sont ceux qui savent réaliser des synthèses générales. Le danger vient d'une généralisation hative à partir de faits mal étudiés. Cependant, répétons le, la qualité de l'intelligence est celle qui permet d'organiser **le multiple dans l'unité.**



s'enfonce dans de nouvelles difficultés, il est sage de méditer ces paroles. Les hommes du passé se laisseraient, assurément, moins aveugler que les jeunes (10). Puisse ce livre, d'inspiration traditionnelle trouver un écho auprès des modernes ; qu'il soit lu par beaucoup, et devienne le bréviaire de tous ceux dont la mission est de guérir vraiment, et non de spéculer sur la misère humaine.

**P. M.**

(10) Le **Dr R. Allendy,** dans son « Journal d'un médecin malade » pousse ce cri d'alarme, avec angoisse :

« La science elle-même a fini par me décevoir, la science médicale naturellement. Elle prétend saisir des certitudes et des données positives dans un domaine **où tout est mouvant.** Toutes ses constructions ressemblent à des découpages et des trompe-l'œil dans une complexité si riche **qu'elle demeure insaisissable à l'analyse...** On ne sent jamais tant la faiblesse de la médecine que lorsqu'on est à la fois **malade** et **médecin.** Alors, devant la réalité et la détresse, apparait toute la pauvreté cachée, toute l'insuffisance dissimulée d'un art dont on commence à douter et dont, pourtant tout le monde voudrait des certitudes... Quelle régression au nom de la science positive. Je crois que ma maladie m'aura appris jusqu'au bout la vanité de la médecine scientifique ».

Le docteur **Ari Blachette,** dans son livre : « L'Homme devant la médecine », qui date de 1941, montre la même inquiétude. « Le malade, écrit-il, voit s'échanger, au dessus de sa tête, principes, doctrine et jargon d'école. Il est de moins en moins rassuré, car il se doute bien **qu'il ne s'agit pas de lui, ni de le guérir.** On discute, on poursuit un être imaginaire, une idée platonicienne. On s'agite dans un univers de formules et d'équivalences. On perd de vue le fait concret, qui, à chaque occasion, nous fait sentir notre ignorance, détruit nos hypothèses, ébranle nos convictions. **L'échec cinglant que la matière vivante inflige à nos idées préconçues** aboutit à une espèce de doute plein de quiétude, au négativisme, au renoncement... Nous avons rencontré moins de **scéptiques** chez les amoureux du monde vivant. **Les vrais cliniciens sont de grands intuitifs, ceux pour qui la matière et la vie sont ce qu'elles sont.** Le médecin a poursuivi veines, artères et nerfs, jusqu'à leurs plus fines anastomoses. Il a regardé au microscope, l'enchevêtrement des tissus, analysé leur nature. Mais il n'a rien vu qui méritât d'être noté en fait d'esprit. Nous sommes sortis péniblement de cette période de **frénésie organiciste.** Il reste, encore, quelques théoriciens tout déconfits d'avoir épuisé en vain toutes les possibilités du pondérable, du **mesurable,** du dosable. Ils n'ont gardé de ces recherches que **l'amertume de n'avoir rien trouvé.** Dans leur déconvenue, ils seraient tentés de conclure qu'il n'y a rien. Il n'y a rien, en effet, pour ceux qui veulent découvrir **les lois de la vie sur le cadavre.** Le secret de la maladie et de la guérison est dans **l'homme vivant,** non dans son fantôme ou ses organes. Sachons le regarder. Voyons-le se manifester. Regardons-le être malade, regardons-le se guérir. **C'est notre seul chance de le comprendre et de pouvoir lui porter secours ».**

— L'erreur ne devient pas Vérité parcequ'elle se multiplie ou s'appuie sur l'autorité. ***Rien ne peut changer la destinée de ce qui est faux.***

# PROLOGOMÈNES

## Les grands courants de la Pensée Médicale

Il est indispensable, au début de cet ouvrage, de rappeler rapidement les diverses tendances biologiques, et de justifier très objectivement notre position naturopathique.

**La médecine classique, moderne, savante, est de forme « chimico-pasteurienne »**. Elle est **solidiste**, reposant sur les données anatomo-cliniques, et procède, bien entendu, par analyse.

Son but est la recherche de la **lésion**, qui est sensée perturber la **fonction** (la lésion ayant une cause externe : coup, froid, microbe, etc...). Seuls les **solides** du corps comptent ; et on n'envisage pas que les causes puissent se tenir dans les **liquides** (ou humeurs), d'où le nom de « solidisme » donné à l'ensemble de cette doctrine. On n'admet pas que le trouble fonctionnel puisse être à l'origine de la lésion organique, que ce « trouble » la précède, et qu'il naisse lui-même de nos **surcharges humorales.**

Pour le naturopathe, au contraire, les humeurs (sang, lymphe et liquides extra et intra cellulaires) tendent à se saturer de substances étrangères, non éliminées. Ces substances sont des déchets de digestion et des résidus du métabolisme, auxquels il faut ajouter les cellules mortes (floculats), les cadavres de microbes, les toxines, et les sels toxiques. **Colles** et **cristaux** forment la masse de ces substances étrangères à la vie cellulaire. La saturation des liquides humoraux dérègle peu à peu la **fonction**, et lentement cette perturbation finit par blesser l'organe (d'où la **lésion**).

L'organe lésé révèle, alors, sa fragilité, et ses tissus deviennent des lieux d'élection pour les microbes ou de **mutations histologiques**. La pathogénèse est, ici, l'inverse de la précédente (1). Le nom donné à cette doctrine est celui d'**humorisme** par suite de l'intérêt accordé aux liquides, et ce livre est une illustration de cette doctrine.

**Parasites, microbes et virus ne peuvent être les causes premières des maladies.** Ils ne sont que les résultats plus ou moins rapides de l'encrassement humoral, et de la détérioration des tissus. Ils naissent, le plus souvent, de nos éléments cellulaires : organites ; ou viennent se fixer de l'extérieur sur un terrain favorable. De toutes les façons, ils n'apparaissent qu'après les viciations humorales, et ne portent pas la responsabilité de l'altération morbide première.

Les maladies, cataloguées comme infectieuses, restent exactement comme les autres sous la dépendance du terrain. Leur allure est plus rapide, tout simplement. Sans chercher à détruire la flore microbienne, ces maladies infectieuses sont guérissables, uniquement par l'**élimination.** Les moustiques disparaissent d'eux-mêmes lorsque les marécages sont assainis par drainage. Les microbes disparaissent, également, à mesure que s'effectue

(1) « Considérons un sujet en parfaite santé, écrit **A Lumière,** tout à coup à la suite de l'ingestion d'aliments, un violent dérèglement ce produit, avec fièvre, vomissements, diarrhée, etc...

Deux jours après, la santé est redevenue excellente et demeure telle pendant des années. Mais un jour, après une **piqûre antitétanique, le** sujet voit reapparaitre des accidents analogues à ceux de l'indigestion : fièvre, vomissements, diarrhée, etc... Il est de nouveau guéri très rapidement. Enfin bien plus tard, le même sujet paie son tribut à la grippe, toujours avec les mêmes manifestations morbides, puis est également guéri rapidement.

**Quelle que soit la cause apparente, les symptômes sont les mêmes.** Comment ne dépendraient-ils pas d'un processus univoque. Et comment incriminer tel ou tel organe, le foie plutôt que le cœur, la rate, le pancréas ou le poumon ?

**Et comment, s'il s'agissait de lésions organiques, les malades seraient-ils guéris si rapidement, lorsqu'on sait que les organes se réparent très lentement, et que certaines lésions sont souvent définitives.** Le retour quasi-instantané à la santé, après des accidents impressionnants par leur intensité, prouve bien que ce ne sont nullement les altérations organiques (lésions des solides) qui déclenchent les cataclysmes fonctionnels. Le grand bon sens d'**Hippocrat** ne s'y était pas trompé ; la **cause des perturbations ne peut se trouver que dans les humeurs** ».

l'épuration des humeurs (2). Le **microbisme,** apparenté au **solidisme,** est franchement rejeté par l'**humorisme.**

**Il est évident, pour un observateur attentif, que la cause profonde de nos maladies se tient dans nos humeurs,** qui lentement — pour diverses raisons — se surchargent. La preuve en est que tout état, sans exception, s'améliore considérablement **uniquement par des manœuvres d'épuration.**

Sous l'effet de la saturation humorale, les commandes nerveuses déclenchent des phénomènes d'élimination. C'est en quelque sorte la « force vitale » qui dirige les opérations. **Cette « force » n'est pas aveugle.** La matière vivante n'obéit, donc, pas aux seules lois physico-chimiques, comme le prétend la théorie du **mécanisme ;** elle est douée d'intelligence, et assure **correctement** la conservation et la restauration de son édifice (théorie du **Vitalisme,** reprise par les naturopathes modernes). L'organisme ne se comporte pas comme une simple machine, **incapable de s'adapter ou de se réparer** sans l'aide extérieure du mécanicien. La matière vivante règle ses fonctions, et répare ses lésions suivant les circonstances. Elle trouve des solutions ; les organes s'entraînent, ou assurent des suppléances. Un chien, privé de sa rate, fabrique dans sa cavité abdominale des masses rougeâtres qui sont des petites rates auxiliaires. Un oiseau, auquel on a enlevé l'écorce du cerveau, retrouve peu à peu des mouvements qui prouvent le retour des fonctions cérébrales supérieures. Aucune machine, si parfaite soit-elle, n'est capable de telles actions. **La cybernetique ne fera jamais un robot, capable de réactions vitales, de cet ordre** (3).

(2) « Tous les microbes, écrit le **D[r] P. Carton,** sont essentiellement des saprophytes. Les microbes ne doivent leur présence et leur virulence qu'aux conditions favorables de développement rencontrées dans nos tares humorales. Tant que les conditions de vie restent physiologiques, **l'alcalinité protectrice des humeurs, et l'intégrité des défenses forment des barrières infranchissables à l'infection...** Nous possédons dans notre tube digestif des microbes tout prêts à devenir virulents, c'est-à-dire à se muer en **bacilles typhiques** ou au besoin même en **vibrions cholériques.** Le bacille de la diphtérie, les microbes de la pneumonie, de l'érysipète sommeillent atténués dans nos cavités buccales... A-t-on songé au nombre considérable de bacilles tuberculeux que chacun risque d'ingérer quotidiennement... De même, une écorchure peut se souiller de terre, et recueillir par conséquent des bacilles de tétanos sans que l'infection se déclare. S'il n'en était pas ainsi, la profession de jardinier ou d'agriculteur serait impossible.

**Nous avons vu des individus, ne vivant que d'eau bouillie et d'aliments stérilisés, prendre la fièvre typhoïde,** dans des pays où il n'en existait aucun cas récent. C'était simplement leur façon anti-naturelle de se nourrir, qui, en provoquant leur défaillance humorale et l'exaltation de virulence de leurs saprophytes intestinaux, avait fait se déterminer l'infection typhique. Une infection exige deux conditions pour se réaliser : **un microbe, et un organisme en état de réceptivité.** Et de ces deux facteurs, le plus important est incontestablement le fléchissement des résistances vitales. **Sans le consentement organique, aucune infection n'est réalisable.** Si une maladie est « infectieuse », elle indique qu'à la faveur des désordres produits par l'encombrement des déchets, une pullulation microbienne s'est surajoutée, qui vient compliquer la crise de nettoyage. D'ordinaire, **l'excrétion irritante, qui s'opère par un émonctoire, rend les tissus aptes à la culture des germes.** Pour concevoir comme primitives les infections qui en résultent (pneumonie, grippe, par exemple), il faut n'avoir aucune idée du mécanisme de déterioration toxique qui précède ces affections... Les affections parasitaires externes n'échappent pas à cette règle »



Dans les symptômes (vomissements, diarrhée, hémmoragie, éruptions, expectoration, fièvre, sueur, abcès, etc...) il faut voir uniquement des manifestations de cette « force vitale intelligente », auto-régulatrice des liquides humoraux et de l'action **auto-guérisseuse,** qui sous la commande du diencéphale s'exprime sur le mode de la désintoxication.

La plupart des maladies sont des actes de défense de l'organisme, surtout les maladies dites de **surface.** Quant aux autres, caractérisées par des éliminations au niveau des organes creux internes (ulcères de l'estomac, calculs de la vésicule, tubercules pulmonaires, etc...), elles sont également, des **maladies d'auto-défense,** mais moins franches. Il existe, enfin, une troisième catégorie de maladies, celles que nous appelons les « **maladies de défaillance** » (tumeur, troubles nerveux). Ces maladies sont la conclusion d'hérédités chargées, ou d'un gaspillage maladroit de « force vitale » ; mais telles qu'elles sont elles représentent toujours un ultime effort de l'organisme pour fixer, neutraliser, localiser les substances qu'il n'a pas pu expulser, **faute d'énergie neuro-hormonale** suffisante. Les mala-

(3) « Si l'on regarde, sans parti-pris, les processus vitaux dans l'organisme humain, avec ses réactions bio-chimiques, son hémo-dynamique adoptée, calculée, dirigée, réglée, avec ses innombrables phénomènes de diffusion et d'osmose, avec ses oscillations d'équilibre acido-basique, avec sa respiration cellulaire, ses reflexes incessants, sa régulation corticale ; si on se rend compte encore de la **constance physico-chimique du protoplasma vivant,** nous sommes obligés d'accepter le **vitalisme,** bien que presque tous les biologistes refusent cette condition comme chimérique ». **(D[r] A. Salmanoff).**

Non seulement la machine vivante résiste à la mort et s'organise pour durer, mais encore elle fait mieux : **elle tend sans cesse vers plus de perfection, suivant un plan général de création au nom d'une finalité qui nous dépasse.**

dies de défaillance peuvent, donc, être encore considérées comme des formes d'ultime résistance de l'organisme face au mal toxémique et non comme un abandon ni comme un échec (4).

---

(4) Même dans les cas les plus défavorables, l'organisme ne renonce jamais à sa **tâche médicatrice.** Il neutralise tant bien que mal les substances étrangères, les fixe dans des capsules à l'intérieur des tissus ou leur ouvre des issues vers des poches internes. **L'abolition des défenses n'est jamais complète,** aussi longtemps que la **vie** se poursuit, et que le système nerveux diencéphalique conserve un peu de liberté.

L'impuissance et la maladresse des défenses ne sont qu'apparentes pour l'observateur mal placé que nous sommes. On n'a pas le droit de conclure à la légère que la « force vitale », après l'avoir niée, se comporte, au moment des graves maladies, d'une manière **aveugle** ou **nuisible.** Ou elle existe, ou elle n'existe pas. Or nous savons qu'elle existe, et que ses vertus s'exercent jusqu'à la dernière minute de la vie. Nous savons les miracles qu'elle peut accomplir chez les syphilitiques et les paralytiques.

Si certaines suppurations ne trouvent pas d'issue vers l'extérieur (mastoïdite, par exemple) ; si elles se révèlent parfois trop abondantes (pleurésie) ; si elles provoquent la fonte d'un organe (mal de Pott), la destruction d'un tissu noble (poliomyélite) ou d'une glande (cirrhose hépatique) ; si elles se fixent en tissus spastiques, adhérences multiples, vernis, sels toxiques, noyaux, tumeurs, etc..., si de gros calculs finissent par obstruer les cavités (rhumatismes), il faut en attribuer la responsabilité **aux thérapeutiques en usage** (surtout les calmants) qui contrarient les fonctions de l'élimination. Insistons bien sur ce point, la « force vitale » médicatrice, auto-guérisseuse, ne peut plus s'excercer, ou mal, dès qu'on supprime la **douleur,** ou qu'on arrête un **écoulement** (catarrhe). **En restituant à la « force vitale » sa liberté, on lui rend sa vigueur,** qui accélère et généralise les éliminations (états aigus, formes parfaite de la guérison). On peut assister, alors, à des renversements de situations pathologiques extraordinaires, comme la guérison d'une néphrose lipoïdique (considérée comme inguérissable) par l'apparition providentielle d'une rougeole. **Le grand art en médecine humorale est de transformer les états chroniques en affections aiguës ; en médecine classique, on s'efforce au contraire de juguler les formes aiguës** (jugées les plus dangereuses) **et on voit, de ce fait, s'accroître le nombre des malades chroniques.**

Comparant ces méthodes, le D^r **Besançon** écrit, à propos de la rougeole : « A peine le nom d'une maladie ! n'empêche que nos petits en meurent par dizaines. Jadis on mettait l'enfant sous un édredon et on lui donnait des tasses de bourrache **pour faire sortir l'éruption.** Aujourd'hui soigner une rougeole, c'est un branle bas de combat. On donne des sulfamides, des sérums. On installe un oto-rhino auprès du berceau, **et on attend que les bronches se prennent** avant de mettre l'enfant dans un **bain de moutarde.** Je suis intransigeant. Dès que la rougeole est soupçonnée, **avant même l'éruption confirmée,** je conseille toujours les enveloppements sinapisés, et la dérivation par les reins



**MAIS ETANT DONNE LA PRESENCE DE CETTE FORCE VITALE AUTO-GUERISSEUSE, COMMENT SE FAIT-IL QU'IL Y AIT DES MALADIES MORTELLES ?**

En effet la mort prématurée par maladie ne devrait jamais se produire. Or le fait est, et il met en doute l'existence de cette **force,** ou laisse supposer qu'elle est **inopérante.** L'organisme ne serait plus le « médecin infaillible » que nous prétendons. Le **vitalisme,** pourtant, n'est pas pris en défaut.

**A) Tout d'abord, il y a les situations physiologiques catastrophiques où le métabolisme élémentaire est perturbé par héridité et où les défenses sont presque inexistantes.** Ce sont les états de dégénérescence avancée, marquant les sujets tarés, inaptes à vivre, types que nous appelons « fin de race ». L'hérédité est, ici, responsable. Aucune médecine ne réussira à faire d'un fils d'alcoolique le vainqueur d'un concours du plus bel athlète.

---

(tisanes diurétiques) et par l'intestin (purgations), en même temps que sur la peau ».

Nous retrouvons, là, les éléments de la médecine humorale. En lisant, plus loin, le traitement de la variole par **Rhazès,** on ne sera pas étonné de voir appliquer avec succès ces mêmes techniques d'élimination, qui **sont polyvalentes,** qui rappellent les affections chroniques vers des formes plus vives, et accélèrent le cours des affections aiguës. Brûler, excorier la peau d'un rhumatisant à l'endroit de son mal, le faire suer, uriner, cracher, aller à la selle, le faire jeûner pour autolyser ses déchets, **c'est aider à la guérison.** Au contraire, lui donner des drogues clamantes pour faire taire les douleurs, ou des produits chimiques, qui déplacent les boues, les graviers et les calculs **sans les éliminer** comme on déplace la poussière d'un meuble sur un autre dans une pièce close, **c'est faire « tout ce qu'on veut » sauf contribuer à la guérison,** malgré les succès apparents. La notion de « fausse guérisson » ne devrait pas échapper au malade, si elle échappe au praticien trop bien intentionné.

Un ingénieur de nos amis avait attrapé la grippe. Devant la fièvre qui montait en flèche, sa femme inquiète fit appeler le médecin, qui diagnostiqua « fièvre intestinale », et conseilla un anti-biotique. 48 h. plus tard, la fièvre était tombée, **mais le malade souffrait terriblement de la tête,** et malgré la disparition des symptômes (fièvre, sueurs) refusait, bien entendu, de se lever. Il eut alors assez d'énergie pour arrêter la streptomycine, et prendre un bain de sudation et une tisane chaude ; **le soir même la fièvre était revenue, et les maux de tête avaient disparu.** En quelques jours, combinant les sudations et les réfrigérations légères dans les fortes poussées, avec les tisanes diurétiques peu sucrées et le jeûne, tout rentra dans l'ordre ; et il sortit de sa maladie le teint frais et rose comme d'une cure de jouvence. Par des traitements repres-

Constatons, que la puissance régénératrice (ou médicatrice) de l'organisme s'affaiblit à mesure qu'on s'élève dans l'échelle animale. Un lézard, est capable de reconstituer sa queue.

On constate, encore, que cette faculté diminue à mesure que l'être humain se « civilise », c'est-à-dire qu'il perd ses qualités de **rusticité,** en s'éloignant de son milieu naturel, originel. Par exemple, les primitifs présentent une résistance incroyable aux blessures, aux fractures du crâne, aux plaies perforantes de l'abdomen. Des missionnaires citent des guérisons surprenantes, là où des civilisés seraient morts.

**B) Ensuite, il y a le cas, passé inaperçu, où le « débit toxémique » est tel qu'il surpasse sans cesse les possibilités organiques de l'élimination.** Il en résulte une élévation continue du niveau de saturation humorale. Cette situation peut se produire pour trois raisons : la **première** est l'abus des drogues qui paralysent les centres nerveux qui commandent aux fonctions d'élimination ; la **deuxième** est l'énervation constante qui agit de la même façon ; enfin la **troisième** est l'erreur de la suralimentation qui entretient la source toxémique.

Renonçant au « vitalisme » et à « l'humorisme », la médecine moderne, construit sur le sable de l'empirisme scientifique. Elle s'écroule et se reconstruit sans cesse au milieu des mêmes succès apparents, des mêmes contradictions, et des mêmes échecs.

---

sifs les grippes peuvent se terminer par des accidents méningés, très graves. Réprimer pour nous, c'est refouler ; et refouler, c'est surcharger les liquides cellulaires, tels que le liquide céphalo-rachidien, ou celui qui baigne les poumons ou le cœur.

Deux frères faisaient un début de coqueluche. La mère, surchargée de travail, envoya l'aîné chez une tante plus aisée, et conserva l'autre auprès d'elle. La tante riche usa des grands moyens. Examens systématiques, recherche du bacille de Bordet-Gengou, boîte de Pétri pour recueillir les expectorations, prélèvement dans le nez avec un écouvillon ; enfin traitements énergiques avec aérosols de streptomycine, vaccin anti-coquelucheux, et quelques sirops, combinés à une suralimentation à base d'œufs, de crèmes, de viande hachée, de jus de viande et de purée.

Pour le plus jeune des enfants, la mère aux moyens modestes fit appeler un vieux médecin de son quartier. Ce praticien était un sage qui avait eu quelques notions de médecine naturelle. Il conseilla habilement tisane de lierre grimpant, régime léger à la cuillère, oxygène et bains supercaloriques biquotidiens. Les résultats furent bien différents dans les deux cas. Chez l'aîné, l'amélioration fut rapide, mais la convalescence interminable, avec douleur articulaire, débilité des bronches et ectasie. Chez le jeune, les quintes demandèrent une quinzaine de jours pour disparaître complètement, mais la convalescence fut écourtée, et l'enfant retrouva très vite sa vigueur sans aucune sequelle.



Les remèdes changent, mais la médecine reste la même. Le médecin sent confusément que le progrès n'est pas. Il ne croit plus à la stabilité, ni à la sûreté de ses connaissances. Il devient sceptique. «**Tantôt, il borne son ambition à l'acte de la pratique pure,** constatent les docteurs **Rousseau** et **Tétau,** et s'estime satisfait s'il guérit réellement ou du moins en apparence, sans s'interroger sur le mécanisme qui provoque la maladie ou le retour à la santé. **Tantôt, les déceptions de la thérapeutique le détournent, au contraire, de la préoccupation de guérir.** Il s'oriente vers les recherches de laboratoire, et l'observation clinique, vers l'étude des lésions et la classification des maladies. Le patient devient un terrain d'observation, et une planche anatomique beaucoup plus qu'un malade à guérir » (5).

---

(5) La première de ces deux tendances est dénoncée par **A. Lumière.** « Etudions, dit-il, le « Nouveau Traité de Médecine » de **Widal** et **Teissier** comportant 22 volumes, et plus de 18.000 pages. Nous n'y trouvons aucune explication des phénomènes les plus caractéristiques concernant la maladie. Cet ouvrage ne nous apprend pas pourquoi, notamment, **une même cause est capable de provoquer des affections différentes, ni comment des agents pathogènes différents** (c'est-à-dire des causes différentes) **sont susceptibles d'engendrer une même symptomatologie** (ou des effets semblables). Il ne nous est indiqué nulle part la raison pour laquelle une même thérapeutique sera efficace dans des états pathologiques ne paraissant avoir rien de commun entr'eux ; tandis que d'autre fois des troubles morbides bien définis seront guéris par des médications complètement disparates. **Le médecin ignore ce qu'est la maladie** (dans son fond) ».

La deuxième tendance, celle qui se détourne de la guérison pour s'interresser aux cas cliniques ou aux études de laboratoire est mise en évidence par le **Dr Allendy,** lorsqu'il écrit : « Erigeant en principe leur indifférence thérapeutique, les médecins les plus officiels ont tacitement décidé de se borner au rôle d'experts, capables de donner un avis sur la **nature** des lésions à l'autopsie, et **la place exacte** de la manifestation morbide dans la nosographie admise.

Le thérapeutique n'est qu'une **concession** faite à l'attente du client. Beaucoup constatent la vanité des moyens dont ils disposent, et l'inefficacité de leurs prescriptions (par suite des intolérances .des aggravations ou des récidives). Ils en concluent qu'il n'existe pas de moyens pour guérir, et méprisent comme indigne d'eux ce qui devrait être **l'idéal suprême de la médecine.**

Telle est la grande misère de la majorité médicale contemporaine, mais il en est une autre complémentaire. Ayant limité leur domaine à la connaissance désintéressée et inopérante des phénomènes morbides, les médecins se sont encore égarés dans cette connaissance en **perdant toute idée directrice,** et en se noyant dans un océan de détails oiseux. Pour des hommes qui veulent faire de la science, c'est une singulière indigence que d'éviter les idées générales, puisque ce sont les synthèses qui donnent à la science toute sa valeur et toute son efficience, au moins pour prévoir une suite de phénomène et pour les diriger ».

La médecine moderne, solidiste, s'enferme dans le cercle vicieux du diagnostic et des traitements locaux, anti-symptômes **Les chercheurs tournent en rond.** L'empirisme le plus poussé, le plus scientifique, le plus expérimental ne peut pas servir de base stable à l'art de guérir. La médecine moderne est sans doctrine. Elle a perdu, même, son propre objet ; **le médecin est un chimiste distingué, mais il n'est plus un guérisseur.**

Pour rendre à la médecine ses qualités fondamentales, il faut qu'elle s'élève aux idées générales et fasse la synthèse des phénomènes généraux de la **Vie**, de la **Santé**, de la **Maladie** et de la **Guérison** qui sont de même nature.

La clé de la conception médicale, éminemment « guérisseuse » est la « force vitale », mal connue, **mais médicatrice** par excellence, dont la fonction majeure est **l'élimination**, représentée par le jeu des liquides humoraux, venant se **purifier** au niveau des grands émonctoires. Il y a là un champ très vaste d'études nouvelles, pleines de promesses, qui enchantent les esprits les plus scientifiques, et laissent espérer une **renaissance médicale.**

LA SANTE NATURELLE EST LA BASE SUR LAQUELLE IL FAUT RECONSTRUIRE L'**HUMAIN.** ELLE CONDITIONNE **BEAUTE, ATHLETICITE, LONGEVITE, CEREBRALITE, MORALITE, SPIRITUALITE.**

---

Une profession nouvelle tend à s'organiser actuellement sur des bases naturopathiques scientifiques : c'est celle d'**Hygiéniste.**

L'hygiéniste n'est **ni médecin, ni guérisseur** au sens exact du terme). **Il ne fait ni diagnostic, ni traitement des maladies.** Il ne tombe, donc, pas sous le coup de la **loi française** pour « exercice illégal de la médecine ».

**Son action n'est pas médicale**, elle déclenche les forces d'auto-guérison en remettant l'organisme en état physiologique, et **la guérison** s'opère d'elle-même, de même que la santé se maintient.

Cette profession peut faire plus pour la **Santé Publique** que toutes les découvertes de la chimiothérapie moderne, qui restent des méthodes de secours, mais non de régénération véritable.



Pour percer les " **Secrets de la Vie** " qui sont, à la fois, ceux de la **santé,** de la **maladie** et de la **guérison,** il suffit tout simplement de comprendre la **"sagesse du corps".** —

# CHAPITRE PREMIER

## Les forces de l'auto-guérison

***Ce qu'elles sont et comment elles s'exercent au niveau des émonctoires, et principalement de la PEAU***

***Le drame de leur répression aveugle par la méthode allopathique***

**A) Conception biologique des Naturopathes.**

**B) Danger des drogues anti-symptomatiques.**

**C) Anatomo-physiologie de la peau.**

La " **médecine particulière des maladies** " doit céder la place à la **"science générale de la vitalité",** ou alors de refoulements en refoulements les " **réserves vitales de la race** " seront vite épuisées.

# A) Conception biologique des Naturopathes

## (et Importance de la fonction d'élimination)

**La médecine humorale et vitaliste est caractérisée par le principe fondamental de l'auto-guérison, qui se réalise par l'Elimination. Cette médecine est naturopathique, et diffère profondément de la médecine classique, chimico-pasteurienne, dite « allophatique ».**

**Le naturopathe pense** : unité morbide, origine endogène, échéance et responsabilité, métabolisme et encrassement humoral, réaction vitale dirigée, élimination, unicité thérapeutique, action constitutionnelle, vitalité, etc... **L'allopathe pense** : pluralité morbide, origine exogène, accident, agression extérieure, irresponsabilité, lésions perturbatrices des fonctions, inertie de l'organisme, nécessité de la médication, multiplicité des moyens, spécifité des remèdes, action locale, diagnostic, etc...

Les écrits en matière d'allopathie ne manquent pas du fait de la position officielle de cet enseignement. **Par contre la naturopathie est beaucoup moins connue.** Se présentant sous la forme de techniques isolées, qui se veulent **autonomes** : diététique, hydrothérapie, manipulation, réflexothérapie, etc..., la naturopathie en apparence n'a pas l'unité de sa rivale, **mais le fonds commun demeure qui lie toutes ces techniques**, à savoir que toutes les actions, qui contribuent naturellement à la normalisation des fonctions physiologiques, aident automatiquement l'organisme à se guérir, en sollicitant, ou en accélérant des réactions vitales d'auto-défense et d'élimination.

**COS ET CNIDE.** Le berceau de la naturopathie est l'**Ecole de Cos**, qui dans l'antiquité eut, pour rivale directe, l'**Ecole de Cnide**. **Hippocrate** (460-356 av. J.-C.), surnommé généralement le « Père de la médecine », fut avant tout le maître incontesté de la Naturopathie. Il appartenait à l'**Ecole de Cos**, dont il reprit l'enseignement pour le vulgariser.

Ainsi, dès cette époque, et même depuis les origines de la pensée médicale, nous retrouvons toujours les deux camps : chi-



médical a compris cela, les résultats ont toujours été excellents.

« Mon malade a bien sué aujourd'hui, il sera guéri demain », déclare le bon vieux médecin ; et la sagesse populaire conseille depuis toujours les boissons chaudes pour faire transpirer. Ici, on met le bronchiteux dans le fumier ; là, on couvre le rhumatisant de boues chaudes. Ailleurs, comme en **Finlande**, on sue en famille autour de chaudrons d'eau bouillante ; les **Arabes** prennent des bains de vapeur les **Japonais** des bains d'eau à 50° Marc de raisin qui fermente, sable chaud du désert, sources thermales, montagnes enflammées, **quel que soit le support de la chaleur**, celle-ci est toujours la grande bienfaitrice, parque qu'elle active la couche basale, et les glandes dermiques, et qu'éliminer, c'est guérir. On va, même jusqu'à solliciter plus fortement, encore, la peau par des fièvres artificielles, des phlyctènes, des brûlures. Le blanc a ses vésicatoires et ses abcès ; le noir, ses plantes et son fer rouge ; le jaune, sa lancette et ses moxas.

Comment peut-on provoquer de telles réactions cutanés, salutaires, et sans danger ? La réponse fait l'objet de ce livre.

Il est temps — comme disait **Bouchard** (6) — que chacun prenne la peine de réfléchir, et ne s'arrête plus à **la simple expression phénoménale de la maladie,** mais se représente les conditions profondes qui les engendrent.

Un jour que nous complimentions un paysan sur sa robustesse celui-ci nous dit : « J'ai pourtant **90 ans,** mon bon monsieur ». Et comme nous lui demandions, fort étonné, quel était son secret ou bien celui de son médecin, il s'exclama : « ...des médecins, je n'en vois pas, sauf pour les enterrer, et j'en ai déjà mis quatre en terre car je suis fossoyeur. Ils n'ont pas de santé... Quant à moi, mon secret est bien simple, **je mange une fois moins qu'à trente ans, dors deux fois plus, et sue trois fois plus.** Faites comme moi, vous pourrez labourer à mon âge, et honorer encore les dames ».

Ce fait, et d'autres, confirment que **pour guérir ou rester**

---

(6) Le professeur **Bouchard** a écrit, en parfait « vitaliste » :

« Nature médicatrice, effort curateur par excellence, tendance naturelle de tout l'être à la guérison, travail intelligent de réparation, évolution naturelle de restauration, sous quelque nom qu'on la dissimule, **la réaction vitale est une réalité** ».

**Bouchard** a mis en évidence les maladies par ralentissement de nutrition (troubles généraux des échanges et auto-intoxications qui en naissent). Ce sont, au départ, tous les troubles fonctionnels du tube digestif, du foie, des reins, des glandes antitoxiques qui engendrent des poisons. L'intoxication « venant du dedans » est l'idée maitresse de **Bouchard** ; elle s'apparente à notre conception.

jeune (rajeunir = guérir) la méthode se ramène toujours à l'élimination (7). Elle se résume aux trois préceptes de notre laboureur :

1° assécher la source toxémique en réduisant l'alimentation ;

2° libérer les centres nerveux, et diencéphaliques, qui commandent à l'élimination (relaxation et sommeil) ;

3° aider à drainer les humeurs, en ouvrant largement les émonctoires, et principalement la peau.

C'est simple, et valable pour tous, dans tous les cas. Point de principes chimiques mystérieux, d'actions spécifiques mira-

---

(7) Nous revenons toujours au **terrain**, et aux **manœuvres d'épuration.** Voici quelques exemples particulièrement édifiants :

Chacun sait que la syphilis au stade avancé de la paralysie générale est inguérissable, mais elle reste, chose ignorée, sous le contrôle de la « force vitale » qui ne demande qu'à s'exercer pour peu qu'on lui en donne l'occasion. **Baillarger** cite deux guérisons, obtenues par suppurations massives à la suite de brulures accidentelles dans un incendie. Le **D^r^ Besançon** qui rapporte les faits, déclare : « Je ne demande pas qu'on jette au feu tous les fous, mais je sais bien que lorque **Voisin**, dont j'étais l'interne à **Bicètre**, m'ordonnait de mettre un séton à la nuque d'un paralytique général, nous observions toujours une rémission prolongée... Par malheur, les malades arrachaient leur pansement et, bien entendu, recommencaient à délirer... J'ai soigné avec succès, dans ma pratique, des paralytiques généraux au moyen de vésicatoires permanents, disposés en série de la nuque aux lombes, et conjugués avec des sudations massives et des purgations drastiques ».

Le docteur **Ossen** soignant un malade atteint d'une hypertension elevée rebelle à tout traitement, observa un curieux phénomène. Une piqure intra-musculaire déclencha un important **abcès de fixation** à la fesse. Or, tout le temps que dura l'abcès, **la tension fut presque normale.** Intriguée, le praticien provoqua expérimentalement sur des rats une forte hypertension, qu'il guérit par des abcès. Cette méthode, incompréhensible pour la médecine classique, fut malheureusement abandonnée, au profit de techniques plus complexes, moins sûres, **moins causales,** telles que la radiothérapie ou l'ablation chirurgicale d'éléments du système sympathiques.

En 1959, la presse régionale du Sud-Ouest a raconté l'histoire d'un paysan, sourd depuis de longues années, qui fut guéri par des piqûres d'abeilles à la tête. On a donné, de ce fait, une explication officielle où on laissait entendre que le **venin** des abeilles devait contenir un **principe actif anti-rhumatismal (!).** En réalité la spondylarthrose de l'oreille a été « drainée », si l'on peut dire, par les suppurations lymphatiques, massives, survenues après les piqûres. Le Curé **Kneipp** guérissait les sourds avec son « huile excrétive », par application sur l'os mastoïde. Il asséchait, également, les otites, de la même façon, par dérivation.

Toutes ces guérisons s'expliquent mal du point de vue médical classique, **mais elles sont très claires pour le naturopathe.**



culeuses. « Trop simple pour être vrai », diront les scientistes en mal d'érudition (8). Mais la vérité se moque des beaux discours. Ce qui compte, c'est de voir clair, et de réussir, à coup sûr. Il

---

(8) Il nous est arrivé, au cours de conférence, de nous attirer quelques remarques désagréables de la part d'auditeurs conformistes. Un jour que nous nous efforcions d'expliquer la génèse du rhumatisme, (la « maladie aux trente-six papas » de l'enseignement officiel) et que nous affirmions que cette maladie n'a, en réalité, qu'une seule cause : **l'acide urique qu'il suffit d'expulser pour guérir** ; un maître présent nous déclara : « mais, c'est là l'explication de ma concierge !». A quoi nous avons répondu : « Tous vos mots barbares : lombalgie, ostéo-arthrite, ostéoporose, spondylose rhizomélique, calcification du nucleus pulposus, etc..., **décrivent le mal mais ne l'expliquent pas.** Ils vous font perdre de vue la vérité clinique et l'unité causale, qui est à l'origine de tout rhumatismes. Vous prenez, pour le mal en soi, les effets secondaires et leurs interférences organiques ; vous confondez saturations uricémiques et réactions inflammatoires ou sclérosantes de défense ; vous ne voyez que les grossiers symptomes et leurs localisations imposées par des causes occasionnelles, d'où vos erreurs de diagnostic, vos contradictions sur l'origine et la nature du mal, vos incertitudes et vos embarras pour soigner. Il résulte de vos interprétations bien des échecs, à tel point que le rhumatisme est une « maladie qui reste à guérir », malgré la cortisone. Votre concierge, cher maitre, est plus habile que vous en matières de rhumatisme. Elle a, sûrement, lu les cures de **Baunscheidt,** et réussira là ou vous échouerez. Et permettez moi de vous dire que s'il m'arrivait un jour d'être saisi dans mes jointures, c'est vers elle que j'irais, et non vers vous ». Il va sans dire que l'excellent homme n'est point devenu notre ami.

Une autre fois, après lecture d'attestations reçues, un rhumatologue nous dit : « **Ce que vous dites est vrai, mais nos clients exigent d'autres thérapeutiques. Ils lisent les journaux, et viennent chez nous avec des idées bien arrêtées. Si nous appliquions votre technique, nous n'aurions pas un chat. C'est trop compliqué, et pas assez pratique pour la plupart de nos malades** ».

A ce médecin, nous avons répondu : « Vous faites de la psychologie mais non de la médecine ; vous admettez que pour guérir il faut appliquer telle méthode, mais vous la jugez difficile à faire accepter par le malade, **auquel vous cherchez à plaire, avant tout,** en lui concédant ce qu'il demande, sachant pertinemment que la réussite est hypothétique. Je sais que le médecin doit vivre de son métier, qu'il doit faire taire dans les 48 heures tout symptôme douloureux ou inquiétant, **sans rien changer au mode de vie du patient,** qu'il doit, en quelque sorte, se comporter comme un « sorcier », s'il veut voir grandir sa clientèle. La chimie facilite son rôle ; mais ne doit-il pas essayer de faire mieux et de devenir **un véritable éducateur pour remplir sa mission ?** Le succès de certains praticiens comme **Kneipp, Khune, Priennitz, Schroth, Just,** vient d'une telle réforme. Le public n'est pas si sot, et il finit par voir clair si peu qu'on lui explique les avantages de **la** méthode sur les autres médications ».

**jeune** (rajeunir = guérir) la méthode se ramène toujours à l'**élimination** (7). Elle se résume aux trois préceptes de notre laboureur :

1° assécher la source toxémique en réduisant l'alimentation ;
2° libérer les centres nerveux, et diencéphaliques, qui commandent à l'élimination (relaxation et sommeil) ;
3° aider à drainer les humeurs, en ouvrant largement les émonctoires, et principalement la peau.

C'est simple, et valable pour tous, dans tous les cas. Point de principes chimiques mystérieux, d'actions spécifiques mira-

---

(7) Nous revenons toujours au **terrain**, et aux **manœuvres d'épuration.** Voici quelques exemples particulièrement édifiants :

Chacun sait que la syphilis au stade avancé de la paralysie générale est inguérissable, mais elle reste, chose ignorée, sous le contrôle de la « force vitale » qui ne demande qu'à s'exercer pour peu qu'on lui en donne l'occasion. **Baillarger** cite deux guérisons, obtenues par suppurations massives à la suite de brulures accidentelles dans un incendie. Le **Dr Besançon** qui rapporte les faits, déclare : « Je ne demande pas qu'on jette au feu tous les fous, mais je sais bien que lorque **Voisin,** dont j'étais l'interne à **Bicètre,** m'ordonnait de mettre un séton à la nuque d'un paralytique général, nous observions toujours une rémission prolongée... Par malheur, les malades arrachaient leur pansement et, bien entendu, recommencaient à délirer... J'ai soigné avec succès, dans ma pratique, des paralytiques généraux au moyen de vésicatoires permanents, disposés en série de la nuque aux lombes, et conjugués avec des sudations massives et des purgations drastiques ».

Le docteur **Ossen** soignant un malade atteint d'une hypertension elevée rebelle à tout traitement, observa un curieux phénomène. Une piqure intra-musculaire déclencha un important **abcès de fixation** à la fesse. Or, tout le temps que dura l'abcès, **la tension fut presque normale.** Intriguée, le praticien provoqua expérimentalement sur des rats une forte hypertension, qu'il guérit par des abcès. Cette méthode, incompréhensible pour la médecine classique, fut malheureusement abandonnée, au profit de techniques plus complexes, moins sûres, **moins causales,** telles que la radiothérapie ou l'ablation chirurgicale d'éléments du système sympathiques.

En 1959, la presse régionale du Sud-Ouest a raconté l'histoire d'un paysan, sourd depuis de longues années, qui fut guéri par des piqûres d'abeilles à la tête. On a donné, de ce fait, une explication officielle où on laissait entendre que le **venin** des abeilles devait contenir un **principe actif anti-rhumatismal (!).** En réalité la spondylarthrose de l'oreille a été « drainée », si l'on peut dire, par les suppurations lymphatiques, massives, survenues après les piqûres. Le Curé **Kneipp** guérissait les sourds avec son « huile excrétive », par application sur l'os mastoïde. Il asséchait, également, les otites, de la même façon, par dérivation.

Toutes ces guérisons s'expliquent mal du point de vue médical classique, **mais elles sont très claires pour le naturopathe.**



culeuses. « Trop simple pour être vrai », diront les scientistes en mal d'érudition (8). Mais la vérité se moque des beaux discours. Ce qui compte, c'est de voir clair, et de réussir, à coup sûr. Il

---

(8) Il nous est arrivé, au cours de conférence, de nous attirer quelques remarques désagréables de la part d'auditeurs conformistes. Un jour que nous nous efforcions d'expliquer la génèse du rhumatisme, (la « maladie aux trente-six papas » de l'enseignement officiel) et que nous affirmions que cette maladie n'a, en réalité, qu'une seule cause : **l'acide urique qu'il suffit d'expulser pour guérir** ; un maître présent nous déclara : « mais, c'est là l'explication de ma concierge !». A quoi nous avons répondu : « Tous vos mots barbares : lombalgie, ostéo-arthrite, ostéoporose, spondylose rhizomélique, calcification du nucleus pulposus, etc..., **décrivent le mal mais ne l'expliquent pas.** Ils vous font perdre de vue la vérité clinique et l'unité causale, qui est à l'origine de tout rhumatismes. Vous prenez, pour le mal en soi, les effets secondaires et leurs interférences organiques ; vous confondez saturations uricémiques et réactions inflammatoires ou sclérosantes de défense ; vous ne voyez que les grossiers symptomes et leurs localisations imposées par des causes occasionnelles, d'où vos erreurs de diagnostic, vos contradictions sur l'origine et la nature du mal, vos incertitudes et vos embarras pour soigner. Il résulte de vos interprétations bien des échecs, à tel point que le rhumatisme est une « maladie qui reste à guérir », malgré la cortisone. Votre concierge, cher maître, est plus habile que vous en matières de rhumatisme. Elle a, sûrement, lu les cures de **Baunscheidt,** et réussira là ou vous échouerez. Et permettez moi de vous dire que s'il m'arrivait un jour d'être saisi dans mes jointures, c'est vers elle que j'irais, et non vers vous ». Il va sans dire que l'excellent homme n'est point devenu notre ami.

Une autre fois, après lecture d'attestations reçues, un rhumatologue nous dit : « **Ce que vous dites est vrai, mais nos clients exigent d'autres thérapeutiques. Ils lisent les journaux, et viennent chez nous avec des idées bien arrêtées. Si nous appliquions votre technique, nous n'aurions pas un chat. C'est trop compliqué, et pas assez pratique pour la plupart de nos malades** ».

A ce médecin, nous avons répondu : « Vous faites de la psychologie mais non de la médecine ; vous admettez que pour guérir il faut appliquer telle méthode, mais vous la jugez difficile à faire accepter par le malade, **auquel vous cherchez à plaire, avant tout,** en lui concédant ce qu'il demande, sachant pertinemment que la réussite est hypothétique. Je sais que le médecin doit vivre de son métier, qu'il doit faire taire dans les 48 heures tout symptôme douloureux ou inquiétant, **sans rien changer au mode de vie du patient,** qu'il doit, en quelque sorte, se comporter comme un « sorcier », s'il veut voir grandir sa clientèle. La chimie facilite son rôle ; mais ne doit-il pas essayer de faire mieux et de devenir **un véritable éducateur pour remplir sa mission ?** Le succès de certains praticiens comme **Kneipp, Khune, Priennitz, Schroth, Just,** vient d'une telle réforme. Le public n'est pas si sot, et il finit par voir clair si peu qu'on lui explique les avantages de la méthode sur les autres médications ».

faut croire en la **Vie** et en la **Force** qui l'exprime ; il faut comprendre la nature, et l'aider dans sa tâche. Nous attachons beaucoup trop d'importance aux analyses savantes, longues, délicates, infinies et coûteuses : **et nous oublions les leçons que nous donne la vie** (9).

Le **Docteur Madeuf** nous disait : « La médecine normale est celle de l'Homme Total ; et elle est plus hygiénique que thérapeutique. **Elle est naturelle.** Il faut revenir à ces méthodes physiologiques et générales qui faisaient les générations robustes et les longues vieillesses. Ce serait un bien de renoncer, dans la majorité des cas, à **la médecine dite savante,** qui cache son ignorance sous le couvert d'investigation de plus en plus complexes, et d'une pharmacie sans cesse plus dangereuse. **Je ne crains pas de dire que toutes les maladies, même celles qui tuent, guérissent fort bien lorsqu'elles ne sont combattues par aucun médicament, mais seulement par un régime et des mesures d'hygiène ».**

Le **Docteur Bonnefay**, qui fut avec **Dujardin-Baumets**, un des pionniers de la diététique, écrivait sensiblement la même chose : « Le mal augmente et s'aggrave, il faut l'enrayer par **la simple thérapeutique qui vise à refaire le terrain.** Cette méthode n'est pas tellement fausse. C'est le plus sûr moyen que je connaisse pour sauver notre pauvre humanité, décadente ».

A notre époque de scientisme médical absolu, et de dogmatisme, où les antibiotiques succèdent aux sulfamides, où le P.A.S. prend la suite des sels d'or avec les mêmes faiblesses, où le chimiste croit toujours détenir la **drogue définitive,** mais

---

(9) Il n'y a pas de sciences du particulier, il n'y a de science que du général **(Aristote).** La médecine savante n'est pas une médecine raisonnable. La spécialisation conduit au rétrécissement de l'intelligence, et l'éminence même d'un spécialiste le rend plus dangereux **(A. Carrel).** Les spécialistes sont utilisés pour la recherche, mais l'application des résultats de leurs efforts exige la Synthèse des données éparses de l'analyse. Le culte du détail, du fait et de la précision tue la médecine, et voue l'hygiène à l'inertie. **L'esprit d'analyse,** poussé à l'extrême, provoque une véritable « myopie intellectuelle », une incapacité à s'élever à des vues générales pour dominer le problème. On accumule une montagne de faits, et on se trouve incapable d'en tirer une conclusion ou bien on se condamne à prolonger l'investigation et les meilleurs finissent par sombrer dans le scrupule ou le scépticisme. A l'opposé, **l'esprit de synthèse** se caractérise par une aptitude à généraliser. Il passe, aussi vite que possible, des faits à la **Loi** et des lois aux règles générales qui ordonnent le tout. C'est un architecte. Les grands esprits sont ceux qui savent réaliser des synthèses générales. Le danger vient d'une généralisation hative à partir de faits mal étudiés. Cependant, répétons le, la qualité de l'intelligence est celle qui permet d'organiser **le multiple dans l'unité.**



s'enfonce dans de nouvelles difficultés, **il est sage de méditer ces paroles.** Les hommes du passé se laisseraient, **assurément, moins aveugler** que les jeunes (10). Puisse ce livre, **d'inspiration traditionnelle** trouver un écho auprès des modernes ; qu'il soit lu par beaucoup, et devienne le bréviaire de **tous ceux dont la mission** est de guérir vraiment, et non de spéculer **sur la misère** humaine.

**P. M.**

---

(10) Le **Dr R. Allendy,** dans son « Journal d'un médecin malade » pousse ce cri d'alarme, avec angoisse :

« La science elle-même a fini par me décevoir, la science médicale naturellement. Elle prétend saisir des certitudes et des données positives dans un domaine **où tout est mouvant.** Toutes ses constructions ressemblent à des découpages et des trompe-l'œil dans une complexité si riche **qu'elle demeure insaisissable à l'analyse...** On ne sent jamais tant la faiblesse de la médecine que lorsqu'on est à la fois **malade** et **médecin.** Alors, devant la réalité et la détresse, apparait toute la pauvreté cachée, toute l'insuffisance dissimulée d'un art dont on commence à douter et dont, pourtant tout le monde voudrait des certitudes... Quelle régression au nom de la science positive. Je crois que ma maladie m'aura appris jusqu'au bout la vanité de la médecine scientifique ».

Le docteur **Ari Blachette, dans son livre : « L'Homme devant la** médecine », qui date de 1941, montre la même inquiétude. **«** Le malade, écrit-il, voit s'échanger, au dessus de sa tête, principes, doctrine et jargon d'école. Il est de moins en moins rassuré, car il se doute bien **qu'il ne s'agit pas de lui, ni de le guérir.** On discute, on poursuit un être imaginaire, une idée platonicienne. On s'agite dans un univers de formules et d'équivalences. On perd de vue le fait concret, qui, à chaque occasion, nous fait sentir notre ignorance, détruit nos hypothèses, ébranle nos convictions. **L'échec cinglant que la matière vivante inflige à nos idées préconçues** aboutit à une espèce de doute plein de quiétude, au négativisme, au renoncement... Nous avons rencontré moins de **scéptiques** chez les amoureux du monde vivant. **Les vrais cliniciens sont de grands intuitifs, ceux pour qui la matière et la vie sont ce qu'elles sont.** Le médecin a poursuivi veines, artères et nerfs, jusqu'à leurs plus fines anastomoses. Il a regardé au **microscope,** l'enchevêtrement des tissus, analysé leur nature. Mais il n'a rien vu qui méritât d'être noté en fait d'esprit. Nous sommes sortis péniblement de cette période de **frénésie organiciste.** Il **reste,** encore, quelques théoriciens tout déconfits d'avoir épuisé en vain toutes les **possibilités du pondérable, du mesurable,** du dosable. Ils n'ont gardé de ces recherches que **l'amertume de n'avoir rien trouvé.** Dans leur déconvenue, ils seraient tentés de conclure qu'il n'y a rien. Il n'y a rien, en effet, pour ceux qui veulent découvrir **les lois de la vie sur le cadavre.** Le secret de la maladie et de la guérison est dans **l'homme vivant,** non dans son fantôme ou ses organes. Sachons le regarder. Voyons-le se manifester. Regardons-le être malade, regardons-le se guérir. **C'est notre seul chance de le comprendre et de pouvoir lui porter secours ».**

— L'erreur ne devient pas Vérité parcequ'elle se multiplie ou s'appuie sur l'autorité. ***Rien ne peut changer la destinée de ce qui est faux.***

# PROLOGOMÈNES

## Les grands courants de la Pensée Médicale

Il est indispensable, au début de cet ouvrage, de rappeler rapidement les diverses tendances biologiques, et de justifier très objectivement notre position naturopathique.

**La médecine classique, moderne, savante, est de forme « chimico-pasteurienne ».** Elle est **solidiste**, reposant sur les données anatomo-cliniques, et procède, bien entendu, par analyse.

Son but est la recherche de la **lésion,** qui est sensée perturber la **fonction** (la lésion ayant une cause externe : coup, froid, microbe, etc...). Seuls les **solides** du corps comptent ; et on n'envisage pas que les causes puissent se tenir dans les **liquides** (ou humeurs), d'où le nom de « solidisme » donné à l'ensemble de cette doctrine. On n'admet pas que le trouble fonctionnel puisse être à l'origine de la lésion organique, que ce « trouble » la précède, et qu'il naisse lui-même de nos **surcharges humorales.**

Pour le naturopathe, au contraire, les humeurs (sang, lymphe et liquides extra et intra cellulaires) tendent à se saturer de substances étrangères, non éliminées. Ces substances sont des déchets de digestion et des résidus du métabolisme, auxquels il faut ajouter les cellules mortes (floculats), les cadavres de microbes, les toxines, et les sels toxiques. **Colles** et **cristaux** forment la masse de ces substances étrangères à la vie cellulaire. La saturation des liquides humoraux dérègle peu à peu la **fonction,** et lentement cette perturbation finit par blesser l'organe (d'où la **lésion**).

L'organe lésé révèle, alors, sa fragilité, et ses tissus deviennent des lieux d'élection pour les microbes ou de **mutations histologiques.** La pathogénèse est, ici, l'inverse de la précédente (1). Le nom donné à cette doctrine est celui d'**humorisme** par suite de l'intérêt accordé aux liquides, et ce livre est une illustration de cette doctrine.

**Parasites, microbes et virus ne peuvent être les causes premières des maladies.** Ils ne sont que les résultats plus ou moins rapides de l'encrassement humoral, et de la détérioration des tissus. Ils naissent, le plus souvent, de nos éléments cellulaires : organites ; ou viennent se fixer de l'extérieur sur un terrain favorable. De toutes les façons, ils n'apparaissent qu'après les viciations humorales, et ne portent pas la responsabilité de l'altération morbide première.

Les maladies, cataloguées comme infectieuses, restent exactement comme les autres sous la dépendance du terrain. Leur allure est plus rapide, tout simplement. Sans chercher à détruire la flore microbienne, ces maladies infectieuses sont guérissables, uniquement par **l'élimination.** Les moustiques disparaissent d'eux-mêmes lorsque les marécages sont assainis par drainage. Les microbes disparaissent, également, à mesure que s'effectue

(1) « Considérons un sujet en parfaite santé, écrit **A Lumière,** tout à coup à la suite de l'ingestion d'aliments, un violent dérèglement ce produit, avec fièvre, vomissements, diarrhée, etc...

Deux jours après, la santé est redevenue excellente et demeure telle pendant des années. Mais un jour, après une **piqûre antitétanique,** le sujet voit reapparaître des accidents analogues à ceux de l'indigestion : fièvre, vomissements, diarrhée, etc... Il est de nouveau guéri très rapidement. Enfin bien plus tard, le même sujet paie son tribut à la grippe, toujours avec les mêmes manifestations morbides, puis est également guéri rapidement.

**Quelle que soit la cause apparente, les symptômes sont les mêmes.** Comment ne dépendraient-ils pas d'un processus univoque. Et comment incriminer tel ou tel organe, le foie plutôt que le cœur, la rate, le pancréas ou le poumon ?

**Et comment, s'il s'agissait de lésions organiques, les malades seraient-ils guéris si rapidement, lorsqu'on sait que les organes se réparent très lentement, et que certaines lésions sont souvent définitives.** Le retour quasi-instantané à la santé, après des accidents impressionnants par leur intensité, prouve bien que ce ne sont nullement les altérations organiques (lésions des solides) qui déclenchent les cataclysmes fonctionnels. Le grand bon sens d'**Hippocrat** ne s'y était pas trompé ; la **cause des perturbations ne peut se trouver que dans les humeurs** ».

l'épuration des humeurs (2). Le **microbisme**, apparenté au **solidisme**, est franchement rejeté par l'**humorisme**.

Il est évident, pour un observateur attentif, que la cause profonde de nos maladies se tient dans nos humeurs, qui lentement — pour diverses raisons — se surchargent. La preuve en est que tout état, sans exception, s'améliore considérablement **uniquement par des manœuvres d'épuration.**

Sous l'effet de la saturation humorale, les commandes nerveuses déclenchent des phénomènes d'élimination. C'est en quelque sorte la « force vitale » qui dirige les opérations. **Cette « force » n'est pas aveugle.** La matière vivante n'obéit, donc, pas aux seules lois physico-chimiques, comme le prétend la théorie du **mécanisme ;** elle est douée d'intelligence, et assure **correctement** la conservation et la restauration de son édifice (théorie du **Vitalisme**, reprise par les naturopathes modernes). L'organisme ne se comporte pas comme une simple machine, **incapable de s'adapter ou de se réparer** sans l'aide extérieure du mécanicien. La matière vivante règle ses fonctions, et répare ses lésions suivant les circonstances. Elle trouve des solutions ; les organes s'entraînent, ou assurent des suppléances. Un chien, privé de sa rate, fabrique dans sa cavité abdominale des masses rougeâtres qui sont des petites rates auxiliaires. Un oiseau, auquel on a enlevé l'écorce du cerveau, retrouve peu à peu des mouvements qui prouvent le retour des fonctions cérébrales supérieures. Aucune machine, si parfaite soit-elle, n'est capable de telles actions. **La cybernetique ne fera jamais un robot, capable de réactions vitales, de cet ordre (3).**

(2) « Tous les microbes, écrit le **D**[r] **P. Carton,** sont essentiellement des saprophytes. Les microbes ne doivent leur présence et leur virulence qu'aux conditions favorables de développement rencontrées dans nos tares humorales. Tant que les conditions de vie restent physiologiques, **l'alcalinité protectrice des humeurs, et l'intégrité des défenses forment des barrières infranchissables à l'infection...** Nous possédons dans notre tube digestif des microbes tout prêts à devenir virulents, c'est-à-dire à se muer en **bacilles typhiques** ou au besoin même en **vibrions cholériques.** Le bacille de la diphtérie, les microbes de la pneumonie, de l'érysipète sommeillent atténués dans nos cavités buccales... A-t-on songé au nombre considérable de bacilles tuberculeux que chacun risque d'ingérer quotidiennement... De même, une écorchure peut se souiller de terre, et recueillir par conséquent des bacilles de tétanos sans que l'infection se déclare. S'il n'en était pas ainsi, la profession de jardinier ou d'agriculteur serait impossible.

**Nous avons vu des individus, ne vivant que d'eau bouillie et d'aliments stérilisés, prendre la fièvre typhoïde,** dans des pays où il n'en existait aucun cas récent. C'était simplement leur façon anti-naturelle de se nourrir, qui, en provoquant leur défaillance humorale et l'exaltation de virulence de leurs saprophytes intestinaux, avait fait se déterminer l'infection typhique. Une infection exige deux conditions pour se réaliser : **un microbe, et un organisme en état de réceptivité.** Et de ces deux facteurs, le plus important est incontestablement le fléchissement des résistances vitales. **Sans le consentement organique, aucune infection n'est réalisable.** Si une maladie est « infectieuse », elle indique qu'à la faveur des désordres produits par l'encombrement des déchets, une pullulation microbienne s'est surajoutée, qui vient compliquer la crise de nettoyage. D'ordinaire, **l'excrétion irritante, qui s'opère par un émonctoire, rend les tissus aptes à la culture des germes.** Pour concevoir comme primitives les infections qui en résultent (pneumonie, grippe, par exemple), il faut n'avoir aucune idée du mécanisme de déterioration toxique qui précède ces affections... Les affections parasitaires externes n'échappent pas à cette règle »



Dans les symptômes (vomissements, diarrhée, hémmoragie, éruptions, expectoration, fièvre, sueur, abcès, etc...) il faut voir uniquement des manifestations de cette « force vitale intelligente », auto-régulatrice des liquides humoraux et de l'action **auto-guérisseuse,** qui sous la commande du diencéphale s'exprime sur le mode de la désintoxication.

La plupart des maladies sont des actes de défense de l'organisme, surtout les maladies dites de **surface.** Quant aux autres, caractérisées par des éliminations au niveau des organes creux internes (ulcères de l'estomac, calculs de la vésicule, tubercules pulmonaires, etc...), elles sont également, des **maladies d'auto-défense,** mais moins franches. Il existe, enfin, une troisième catégorie de maladies, celles que nous appelons les **« maladies de défaillance »** (tumeur, troubles nerveux). Ces maladies sont la conclusion d'hérédités chargées, ou d'un gaspillage maladroit de « force vitale » ; mais telles qu'elles sont elles représentent toujours un ultime effort de l'organisme pour fixer, neutraliser, localiser les substances qu'il n'a pas pu expulser, **faute d'énergie neuro-hormonale** suffisante. Les mala-

(3) « Si l'on regarde, sans parti-pris, les processus vitaux dans l'organisme humain, avec ses réactions bio-chimiques, son hémo-dynamique adoptée, calculée, dirigée, réglée, avec ses innombrables phénomènes de diffusion et d'osmose, avec ses oscillations d'équilibre acido-basique, avec sa respiration cellulaire, ses reflexes incessants, sa régulation corticale ; si on se rend compte encore de la **constance physico-chimique du protoplasma vivant,** nous sommes obligés d'accepter le **vitalisme,** bien que presque tous les biologistes refusent cette condition comme chimérique ». **(D**[r] **A. Salmanoff).**

Non seulement la machine vivante résiste à la mort et s'organise pour durer, mais encore elle fait mieux : **elle tend sans cesse vers plus de perfection, suivant un plan général de création au nom d'une finalité qui nous dépasse.**

dies de défaillance peuvent, donc, être encore considérées comme des formes d'ultime résistance de l'organisme face au mal toxémique et non comme un abandon ni comme un échec (4).

---

(4) Même dans les cas les plus défavorables, l'organisme ne renonce jamais à sa **tâche médicatrice.** Il neutralise tant bien que mal les substances étrangères, les fixe dans des capsules à l'intérieur des tissus ou leur ouvre des issues vers des poches internes. **L'abolition des défenses n'est jamais complète,** aussi longtemps que la **vie** se poursuit, et que le système nerveux diencéphalique conserve un peu de liberté.

L'impuissance et la maladresse des défenses ne sont qu'apparentes pour l'observateur mal placé que nous sommes. On n'a pas le droit de conclure à la légère que la « force vitale », après l'avoir niée, se comporte, au moment des graves maladies, d'une manière **aveugle** ou **nuisible.** Ou elle existe, ou elle n'existe pas. Or nous savons qu'elle existe, et que ses vertus s'exercent jusqu'à la dernière minute de la vie. Nous savons les miracles qu'elle peut accomplir chez les syphilitiques et les paralytiques.

Si certaines suppurations ne trouvent pas d'issue vers l'extérieur (mastoïdite, par exemple) ; si elles se révèlent parfois trop abondantes (pleurésie) ; si elles provoquent la fonte d'un organe (mal de Pott), la destruction d'un tissu noble (poliomyélite) ou d'une glande (cirrhose hépatique) ; si elles se fixent en tissus spastiques, adhérences multiples, vernis, sels toxiques, noyaux, tumeurs, etc..., si de gros calculs finissent par obstruer les cavités (rhumatismes), il faut en attribuer la responsabilité **aux thérapeutiques en usage** (surtout les calmants) qui contrarient les fonctions de l'élimination. Insistons bien sur ce point, la « force vitale » médicatrice, auto-guérisseuse, ne peut plus s'excercer, ou mal, dès qu'on supprime la **douleur,** ou qu'on arrête un **écoulement** (catarrhe). **En restituant à la « force vitale » sa liberté, on lui rend sa vigueur,** qui accélère et généralise les éliminations (états aigus, formes parfaite de la guérison). On peut assister, alors, à des renversements de situations pathologiques extraordinaires, comme la guérison d'une néphrose lipoïdique (considérée comme inguérissable) par l'apparition providentielle d'une rougeole. **Le grand art en médecine humorale est de transformer les états chroniques en affections aiguës ; en médecine classique, on s'efforce au contraire de juguler les formes aiguës** (jugées les plus dangereuses) **et on voit, de ce fait, s'accroître le nombre des malades chroniques.**

Comparant ces méthodes, le **D^r^ Besançon** écrit, à propos de la rougeole : « A peine le nom d'une maladie ! n'empêche que nos petits en meurent par dizaines. Jadis on mettait l'enfant sous un édredon et on lui donnait des tasses de bourrache **pour faire sortir l'éruption.** Aujourd'hui soigner une rougeole, c'est un branle bas de combat. On donne des sulfamides, des sérums. On installe un oto-rhino auprès du berceau, **et on attend que les bronches se prennent** avant de mettre l'enfant dans un **bain de moutarde.** Je suis intransigeant. Dès que la rougeole est soupçonnée, **avant même l'éruption confirmée,** je conseille toujours les enveloppements sinapisés, et la dérivation par les reins



**MAIS ETANT DONNE LA PRESENCE DE CETTE FORCE VITALE AUTO-GUERISSEUSE, COMMENT SE FAIT-IL QU'IL Y AIT DES MALADIES MORTELLES ?**

En effet la mort prématurée par maladie ne devrait jamais se produire. Or le fait est, et il met en doute l'existence de cette **force,** ou laisse supposer qu'elle est **inopérante.** L'organisme ne serait plus le « médecin infaillible » que nous prétendons. Le vitalisme, pourtant, n'est pas pris en défaut.

**A) Tout d'abord, il y a les situations physiologiques catastrophiques où le métabolisme élémentaire est perturbé par hérédité et où les défenses sont presque inexistantes.** Ce sont les états de dégénérescence avancée, marquant les sujets tarés, inaptes à vivre, types que nous appelons « fin de race ». L'hérédité est, ici, responsable. Aucune médecine ne réussira à faire d'un fils d'alcoolique le vainqueur d'un concours du plus bel athlète.

---

(tisanes diurétiques) et par l'intestin (purgations), en même temps que sur la peau ».

Nous retrouvons, là, les éléments de la médecine humorale. En lisant, plus loin, le traitement de la variole par **Rhazès,** on ne sera pas étonné de voir appliquer avec succès ces mêmes techniques d'élimination, qui **sont polyvalentes,** qui rappellent les affections chroniques vers des formes plus vives, et accélèrent le cours des affections aiguës. Brûler, excorier la peau d'un rhumatisant à l'endroit de son mal, le faire suer, uriner, cracher, aller à la selle, le faire jeûner pour autolyser ses déchets, **c'est aider à la guérison.** Au contraire, lui donner des drogues clamantes pour faire taire les douleurs, ou des produits chimiques, qui déplacent les boues, les graviers et les calculs **sans les éliminer** comme on déplace la poussière d'un meuble sur un autre dans une pièce close, **c'est faire « tout ce qu'on veut » sauf contribuer à la guérison,** malgré les succès apparents. La notion de « fausse guérisson » ne devrait pas échapper au malade, si elle échappe au praticien trop bien intentionné.

Un ingénieur de nos amis avait attrapé la grippe. Devant la fièvre qui montait en flèche, sa femme inquiète fit appeler le médecin, qui diagnostiqua « fièvre intestinale », et conseilla un anti-biotique. 48 h. plus tard, la fièvre était tombée, **mais le malade souffrait terriblement de la tête,** et malgré la disparition des symptômes (fièvre, sueurs) refusait, bien entendu, de se lever. Il eut alors assez d'énergie pour arrêter la streptomycine, et prendre un bain de sudation et une tisane chaude ; **le soir même la fievre était revenue, et les maux de tête avaient disparu.** En quelques jours, combinant les sudations et les réfrigérations légères dans les fortes poussées, avec les tisanes diurétiques peu sucrées et le jeûne, tout rentra dans l'ordre ; et il sortit de sa maladie le teint frais et rose comme d'une cure de jouvence. Par des traitements repres-

Constatons, que la puissance régénératrice (ou médicatrice) de l'organisme s'affaiblit à mesure qu'on s'élève dans l'échelle animale. Un lézard, est capable de reconstituer sa queue.

On constate, encore, que cette faculté diminue à mesure que l'être humain se « civilise », c'est-à-dire qu'il perd ses qualités de **rusticité,** en s'éloignant de son milieu naturel, originel. Par exemple, les primitifs présentent une résistance incroyable aux blessures, aux fractures du crâne, aux plaies perforantes de l'abdomen. Des missionnaires citent des guérisons surprenantes, là où des civilisés seraient morts.

**B) Ensuite, il y a le cas, passé inaperçu, où le « débit toxémique » est tel qu'il surpasse sans cesse les possibilités organiques de l'élimination.** Il en résulte une élévation continue du niveau de saturation humorale. Cette situation peut se produire pour trois raisons : la **première** est l'abus des drogues qui paralysent les centres nerveux qui commandent aux fonctions d'élimination ; la **deuxième** est l'énervation constante qui agit de la même façon ; enfin la **troisième** est l'erreur de la suralimentation qui entretient la source toxémique.

Renonçant au « vitalisme » et à « l'humorisme », la médecine moderne, construit sur le sable de l'empirisme scientifique. Elle s'écroule et se reconstruit sans cesse au milieu des mêmes succès apparents, des mêmes contradictions, et des mêmes échecs.

---

sifs les grippes peuvent se terminer par des accidents méningés, très graves. Réprimer pour nous, c'est refouler ; et refouler, c'est surcharger les liquides cellulaires, tels que le liquide céphalo-rachidien, ou celui qui baigne les poumons ou le cœur.

Deux frères faisaient un début de coqueluche. La mère, surchargée de travail, envoya l'aîné chez une tante plus aisée, et conserva l'autre auprès d'elle. La tante riche usa des grands moyens. Examens systématiques, recherche du bacille de Bordet-Gengou, boîte de Pétri pour recueillir les expectorations, prélèvement dans le nez avec un écouvillon ; enfin traitements énergiques avec aérosols de streptomycine, vaccin anti-coquelucheux, et quelques sirops, combinés à une suralimentation à base d'œufs, de crèmes, de viande hachée, de jus de viande et de purée.

Pour le plus jeune des enfants, la mère aux moyens modestes fit appeler un vieux médecin de son quartier. Ce praticien était un sage qui avait eu quelques notions de médecine naturelle. Il conseilla habilement tisane de lierre grimpant, régime léger à la cuillère, oxygène et bains supercaloriques biquotidiens. Les résultats furent bien différents dans les deux cas. Chez l'aîné, l'amélioration fut rapide, mais la convalescence interminable, avec douleur articulaire, débilité des bronches et ectasie. Chez le jeune, les quintes demandèrent une quinzaine de jours pour disparaître complètement, mais la convalescence fut écourtée, et l'enfant retrouva très vite sa vigueur sans aucune sequelle.



Les remèdes changent, mais la médecine reste la même. Le médecin sent confusément que le progrès n'est pas. Il ne croit plus à la stabilité, ni à la sûreté de ses connaissances. Il devient sceptique. «**Tantôt, il borne son ambition à l'acte de la pratique pure,** constatent les docteurs **Rousseau** et **Tétau,** et s'estime satisfait s'il guérit réellement ou du moins en apparence, sans s'interroger sur le mécanisme qui provoque la maladie ou le retour à la santé. **Tantôt, les déceptions de la thérapeutique le détournent, au contraire, de la préoccupation de guérir.** Il s'oriente vers les recherches de laboratoire, et l'observation clinique, vers l'étude des lésions et la classification des maladies. Le patient devient un terrain d'observation, et une planche anatomique beaucoup plus qu'un malade à guérir » (5).

---

(5) La première de ces deux tendances est dénoncée par **A. Lumière.** « Etudions, dit-il, le « Nouveau Traité de Médecine » de **Widal** et **Teissier** comportant 22 volumes, et plus de 18.000 pages. Nous n'y trouvons aucune explication des phénomènes les plus caractéristiques concernant la maladie. Cet ouvrage ne nous apprend pas pourquoi, notamment, **une même cause est capable de provoquer des affections différentes, ni comment des agents pathogènes différents** (c'est-à-dire des causes différentes) **sont susceptibles d'engendrer une même symptomatologie** (ou des effets semblables). Il ne nous est indiqué nulle part la raison pour laquelle une même thérapeutique sera efficace dans des états pathologiques ne paraissant avoir rien de commun entr'eux ; tandis que d'autre fois des troubles morbides bien définis seront guéris par des médications complètement disparates **Le médecin ignore ce qu'est la maladie** (dans son fond) ».

La deuxième tendance, celle qui se détourne de la guérison pour s'interresser aux cas cliniques ou aux études de laboratoire est mise en évidence par le **Dr Allendy,** lorsqu'il écrit : « Erigeant en principe leur indifférence thérapeutique, les médecins les plus officiels ont tacitement décidé de se borner au rôle d'experts, capables de donner un avis sur la **nature** des lésions à l'autopsie, et **la place exacte** de la manifestation morbide dans la nosographie admise.

Le thérapeutique n'est qu'une **concession** faite à l'attente du client Beaucoup constatent la vanité des moyens dont ils disposent, et l'inefficacité de leurs prescriptions (par suite des intolérances ,des aggravations ou des récidives). Ils en concluent qu'il n'existe pas de moyens pour guérir, et méprisent comme indigne d'eux ce qui devrait être **l'idéal suprême de la médecine.**

Telle est la grande misère de la majorité médicale contemporaine, mais il en est une autre complémentaire. Ayant limité leur domaine à la connaissance désintéressée et inopérante des phénomènes morbides, les médecins se sont encore égarés dans cette connaissance en **perdant toute idée directrice,** et en se noyant dans un océan de détails oiseux. Pour des hommes qui veulent faire de la science, c'est une singulière indigence que d'éviter les idées générales, puisque ce sont les synthèses qui donnent à la science toute sa valeur et toute son efficience, au moins pour prévoir une suite de phénomène et pour les diriger ».

La médecine moderne, solidiste, s'enferme dans le cercle vicieux du diagnostic et des traitements locaux, anti-symptômes **Les chercheurs tournent en rond.** L'empirisme le plus poussé, le plus scientifique, le plus expérimental ne peut pas servir de base stable à l'art de guérir. La médecine moderne est sans doctrine. Elle a perdu, même, son propre objet ; **le médecin est un chimiste distingué, mais il n'est plus un guérisseur.**

Pour rendre à la médecine ses qualités fondamentales, il faut qu'elle s'élève aux idées générales et fasse la synthèse des phénomènes généraux de la **Vie**, de la **Santé**, de la **Maladie** et de la **Guérison** qui sont de même nature.

La clé de la conception médicale, éminemment « guérisseuse » est la « force vitale », mal connue, mais médicatrice par excellence, dont la fonction majeure est **l'élimination**, représentée par le jeu des liquides humoraux, venant se purifier au niveau des grands émonctoires. Il y a là un champ très vaste d'études nouvelles, pleines de promesses, qui enchantent les esprits les plus scientifiques, et laissent espérer une **renaissance médicale.**

LA SANTE NATURELLE EST LA BASE SUR LAQUELLE IL FAUT RECONSTRUIRE L'**HUMAIN.** ELLE CONDITIONNE **BEAUTE, ATHLETICITE, LONGEVITE, CEREBRALITE, MORALITE, SPIRITUALITE.**

---

Une profession nouvelle tend à s'organiser actuellement sur des bases naturopathiques scientifiques : c'est celle d'**Hygiéniste.**

L'hygiéniste n'est **ni médecin, ni guérisseur** au sens exact du terme). **Il ne fait ni diagnostic, ni traitement des maladies.** Il ne tombe, donc, pas sous le coup de la **loi française** pour « exercice illégal de la médecine ».

**Son action n'est pas médicale**, elle déclenche les forces d'auto-guérison en remettant l'organisme en état physiologique, et **la guérison** s'opère d'elle-même, de même que la santé se maintient.

Cette profession peut faire plus pour la **Santé Publique** que toutes les découvertes de la chimiothérapie moderne, qui restent des méthodes de secours, mais non de régénération véritable.



Pour percer les " **Secrets de la Vie** " qui sont, à la fois, ceux de la **santé,** de la **maladie** et de la **guérison,** il suffit tout simplement de comprendre la **"sagesse du corps".** —

# CHAPITRE PREMIER

# Les forces de l'auto-guérison

## *Ce qu'elles sont et comment elles s'exercent au niveau des émonctoires, et principalement de la PEAU*

## *Le drame de leur répression aveugle par la méthode allopathique*

**A) Conception biologique des Naturopathes.**

**B) Danger des drogues anti-symptomatiques.**

**C) Anatomo-physiologie de la peau.**

La " **médecine particulière des maladies** " doit céder la place à la **"science générale de la vitalité",** ou alors de refoulements en refoulements les " **réserves vitales de la race** " seront vite épuisées.

# A) Conception biologique des Naturopathes

## (et Importance de la fonction d'élimination)

> **La médecine humorale et vitaliste est caractérisée par le principe fondamental de l'auto-guérison, qui se réalise par l'Elimination. Cette médecine est naturopathique, et diffère profondément de la médecine classique, chimico-pasteurienne, dite « allophatique ».**

**Le naturopathe pense** : unité morbide, origine endogène, échéance et responsabilité, métabolisme et encrassement humoral, réaction vitale dirigée, élimination, unicité thérapeutique, action constitutionnelle, vitalité, etc... **L'allopathe pense** : pluralité morbide, origine exogène, accident, agression extérieure, irresponsabilité, lésions perturbatrices des fonctions, inertie de l'organisme, nécessité de la médication, multiplicité des moyens, spécifité des remèdes, action locale, diagnostic, etc...

Les écrits en matière d'allopathie ne manquent pas du fait de la position officielle de cet enseignement. **Par contre la naturopathie est beaucoup moins connue.** Se présentant sous la forme de techniques isolées, qui se veulent **autonomes** : diététique, hydrothérapie, manipulation, réflexothérapie, etc..., la naturopathie en apparence n'a pas l'unité de sa rivale, **mais le fonds commun demeure qui lie toutes ces techniques,** à savoir que toutes les actions, qui contribuent naturellement à la normalisation des fonctions physiologiques, aident automatiquement l'organisme à se guérir, en sollicitant, ou en accélérant des réactions vitales d'auto-défense et d'élimination.

**COS ET CNIDE.** Le berceau de la naturopathie est l'**Ecole de Cos**, qui dans l'antiquité eut, pour rivale directe, l'**Ecole de Cnide, Hippocrate** (460-356 av. J.-C.), surnommé généralement le « Père de la médecine », fut avant tout le maître incontesté de la Naturopathie. Il appartenait à l'**Ecole de Cos,** dont il reprit l'enseignement pour le vulgariser.

Ainsi, dès cette époque, et même depuis les origines de la pensée médicale, nous retrouvons toujours les deux camps : chi-



La fonction de l'élimination est donc bien une réalité physiologique. Tous les symptômes d'élimination sont à respecter et à **ne freiner ou à ne déplacer** qu'en cas d'exagération (10).

La **douleur** doit, également, être respectée. « Elle est nécessaire pour immobiliser les zones enflammées, **elle rappelle au système nerveux qu'il doit mettre en jeu ses défenses vaso-motrices, trophiques, leucocytaires, hématopoïétiques,** etc... Tant qu'elle est tolérée, on doit la supporter, et chercher seulement à s'en délivrer en éliminant la cause profonde. Quand on joue trop facilement des **calmants,** on s'évite certaines souffrances, mais on entrave les réactions défensives et on prolonge la durée et la gravité de l'affection » (Docteur **Paul Carton**).

Il reste, donc, bien acquis que l'ensemble des symptômes (les **catarrhes,** la **douleur** et l'**amaigrissement** (11) indispensable pour déclencher l'auto-lyse bienfaisante, ensemble contre lequel luttent énergiquement les allopathes, **reflète tout un système organisé d'auto-défense.**

Il en résulte qu'il est logique pour le praticien d'en respecter le fonctionnement. **Toute médication qui a pour but de briser l'élan de la fonction éliminatrice est dangereuse.** Cette fonction, au contraire, a souvent besoin d'être **activée,** à la rigueur **dirigée,** mais jamais elle ne doit être **étouffée** sous peine de voir se produire des **transferts morbides défavorables,** vicariances moins bien placées, ou saturations profondes de défaillance.

La critique formulée par les naturopathes à leurs confrères allopathes porte, principalement, sur l'**emploi abusif des drogues** répressives des symptômes de défense organique.

---

(10) Le médecin doit **deviner** chaque fois qu'une élimination, trop intense ou de trop longue durée, menace de **léser** l'organe.

Le régime « auto-lytique » consiste à prendre **10 grs** d'aliments par kilo de poids corporel, et cela chaque jour.

Les pilules écossaise sont à base **d'aloes.**

Quand l'organisme a épuisé toutes les vicariances possibles et qu'un traitement répressif impitoyable a **fait taire** toutes les défenses, il profitera de la **moindre plaie accidentelle** (brûlure, piqûre, etc.). Ainsi, voit-on des plaies qui s'étalent, ne ferment plus. La saturation interne entretient la « soupape » de sécurité. Combien de plaies chirurgicales ne se cicatrisent pas par suite de cet état de choses. Quelques purgations, accompagnées d'un régime hypo-toxique font cesser toute suppuration en 15 jours.

(11) **L'amaigrissement,** qui s'opère au rythme de la désintoxication, est normal, contrairement à l'opinion admise.

Suralimentation et fortifiants, dans les maladies, ne valent rien. Ce sont des coups de fouet, infligées à une monture épuisée. Le Dr J.-C. **Thomson,** dans sa clinique d'**Edinburgh,** en **Ecosse** applique le « régime auto-lytique » ; le Dr **Bertholet,** de **Lausanne** pratique le jeune complet. La guérison s'obtient toujours avec un poids inférieur à la normale ; une reprise rapide est de règle, après guérison.

# B) Danger des drogues anti-symptomatiques

## (Thérapeutiques répressives de l'élimination)

Constatant le fait, de nombreux médecins, formés à l'école allopathique, ont porté des jugements très sévères sur leur art.

« La médecine chimique est pire que la maladie » (Docteur **Kieser**). « La dictature du laboratoire et de la chimie sur la médecine est la plus grande calamité qui se soit abattue sur l'Humanité » (Docteur **Peters**). « Ce sont les drogues classiques qui sont responsables de la chronicité et de la dégénérescence raciale » (Docteur **J. Leguern**).

« La médication abusive tue plus sûrement que la maladie » (Docteur **Devrient**). « Si l'on jetait toutes les drogues à la mer, ce serait pour le bonheur des hommes et le malheur des poissons » (Docteur **Rolleston**). « Plus d'hommes ont été victimes de la médecine que de la guerre » (Docteur **Johnson**). « Les cimetières sont pleins aux trois-quart de gens qui vivraient encore s'ils n'avaient pas tant écouté leur médecin » (Docteur **J.-C. David**). « La médecine par la seule médication est une médecine luciférienne » (Docteur **Cl. Dusaussois**). « La médication antisymptomatique est une escroquerie à la santé » (Docteur **Kuhn**).

Nous pourrions publier un livre entier de réflexions amères et désabusées que nos confrères médecins nous ont adressées sur les dangers allopathiques ; et nous pourrions publier un second livre, encore plus curieux, montrant les séries impressionnantes de traitements chimiques subis par des malades pendant des lustres sans **résultat définitif** sinon l'aggravation morbide.

**Voici la déclaration, sans équivoque, faite par le Professeur de Faculté Gaucher, à propos de la syphilis.**

**« Toutes les neuro-récidives sont le fait de l'intoxication ; elles ne sont pas produites par la syphilis mais par le médicament. L'arseno-benzol a causé plus de morts que la syphilis livrée à elle-même aurait pu en produire ».**

Cela pourrait se dire de toutes les médications violentes. Toutes les **répressions symptomatiques, aveugles**, provoquent des intoxications supplémentaires par refoulement toxémique, compte non tenu de la toxicité du médicament. Les doses thérapeutiques n'atténuent rien.



Voici, à titre indicatif, quelques accidents possibles :

La **digitaline** peut provoquer des syncopes mortelles ; la **belladone**, la **jusquianne**, l'**atropine**, et la **xopolamine** sont souvent responsables de prostration et d'états comateux. L'**aconit** détermine des syncopes ; la **ciguë**, des paralysies ; le **pavot**, l'**opium**, la **morphine**, des états de somnolence avec bradypnée et cyanose. La **strychnine** tue par convulsions ; l'**acide prussique** est encore plus dangereux. Tous les **barbituriques** (véronal, **gardenal**, etc...) peuvent être cause d'états comateux graves. **L'arsenic** engendre des troubles nerveux ; le **phosphore** provoque des ictères ; le **plomb**, de l'albuminurie ; le **mercure**, des néphrites, et le **cuivre**, des convulsions. Les **sels d'or**, le **P.A.S.**, le **Rimifon** exigent des reins en parfait état sous peine d'accidents graves (agranulocytose mortelle). Les **sulfamides** causent des **néphrites**, et peuvent tuer. La **pénicilline** mène à des réactions méningées importantes ; la **streptomycine** déséquilibre le sang ; la **chloromycétine**, qui passe pour inoffensive, peut provoquer la mort par collapsus vasculaire.

## Comment les accidents se réalisent-ils ?

**LE MEDICAMENT EST UN POISON. SI BENEFIQUE, SOIT-IL EN APPARENCE, SON ACTION PROFONDE EST TOUJOURS MAUVAISE.**

Elle se réalise en raison de sa **toxicité propre**, et de ses **effets paralysants les forces centrifuges éliminatrices**. Ces « blocages » des organes de l'excrétion se font au niveau des muqueuses par leur assèchement, et plus haut au point des centres nerveux de commande, soit par excitation courte (suivie d'épuisement), soit par action paralysante directe.

**De ce fait, le niveau toxémique interne s'élève** ; et apparaissent les **récidives aggravées** ou les **transferts morbides**, souvent plus mal placés que le mal initial (métastases) ; ou bien encore l'organisme épuisé renonce à ses défenses périphériques et les « maladies par défaillance » s'installent.

Pour se protéger contre les poisons injectés ou ingérés, les **cellules vivantes s'excitent ou se rétractent. L'excitation** n'est qu'une phase momentanée de la défense ; elle se termine vite par **rétraction**, lorsque l'épuisement est atteint. Le mécanisme fondamental est, donc, celui de la **constriction**, avec épaississement des membranes, arrêt des échanges, isolement du milieu humoral stressant. On constate la disparition massive ou le retrait des systèmes d'irrigation sanguine et lympathique. C'est la tac-

tique de la « terre brûlée ». Par ce mécanisme fort simple, à tous les niveaux (suivant l'action sélective des drogues) les récepteurs nerveux et leurs centres de commande sont paralysés, les glandes et les filtres s'assèchent, les muqueuses durcissent. C'est un repli général des **liquides**, et des « forces de vie ». Les Docteurs **David** et **Muller** ont montré la « fonte » des capillaires sous l'action des **Rayons X**, du **mercure**, des **sels d'or** (1). La médication n'arrête pas la maladie ; et il n'est pas étonnant que le nombre des malades croisse directement en fonction de celui des drogues.

---

(1) Tous les **calmants**, tous les médicaments anti-douleurs, tous ceux qui arrêtent l'écoulement d'une muqueuse, bloquent les phénomènes inflammatoires locaux ou généraux n'ont pas d'autre action que **la mortification directe des tissus intéressés.** Tous les **anesthésiques** (chloroforme, cocaïne, éther), tous les **hypnotiques, sédatifs, analgésiques** (chloral, gardenal, morphine) agissent en divers points du système neuro-végétatif pour aboutir à cette « mort provisoire ou définitive » de la zône organique qui supporte l'élimination. Les **antipyrétiques** (quinine, aspirine) provoquent le retrait des plasmas circulants, en sidérant le centre thermo-régulateur de l'hypothalamus qui, à l'état normal, et pour la défense, commande la vaso-dilatation péirphérique et la sudation. Tous les **antispasmodiques** du tube digestif, des bronches, de l'utérus agissent suivant le même processus, et contrairement à l'élimination. **Ce calme organique pris neuf fois sur dix pour la guérison** est un mensonge, et est l'envers de l'auto-guérison.

Tous les **excitants**, tous les **stimulants** qui semblent avoir une action propre sur l'organe et sa fonction, ne font en réalité qu'**épuiser** les forces nerveuses vitales. **L'excitation, à l'aide d'une dose légère de poison, n'est qu'une réaction de défense où l'organisme jette dans la bataille toutes ses ressources neuro-végétatives pour expulser la substance toxique qui menace la vie de ses cellules.** Après une phase de **suractivité,** aussi trompeuse en soi que le calme plat des calmants, la dégénérescence tissulaire se produit très vite et évolue vers la sclérose, suivant le mécanisme entrevu plus haut. L'alcool, l'adrenaline, l'éphédrine la pilocarpine, la théophylline, l'acide chlorhydrique, la phénalpthaline, les composés arsenicaux, mercuriels, etc... n'ont pour actions heureuses que des apparences qui se soldent sur le plan profond par des **défaites organiques, et la mort de millions de cellules. La vérité en matière de pharmacodynamique est qu'on ne fait qu'exciter jusqu'à l'épuisement final ou imposer silence d'emblée.** L'emploi thérapeutique des médicaments ne repose, donc, que sur un **empirisme** (dit à tort « scientifique », mais qui est exactement de même nature que **l'empirisme vulgaire**). Le médecin allopathique, comme le guérisseur de village, ne traite et ne juge que sur les apparences et les effets immédiats : **il ignore tout de la maladie et s'oppose trop souvent aux forces de libération.** Pour le naturopathe l'action purement **locale,** excitante ou calmante à l'aide d'un **poison** (substance non alimentaire, dangereuse pour un être sain) est toujours une action mauvaise, préjudiciable à la santé et



Le **cancer** tue deux fois plus tous les **10 ans.** Les **sanas** restent pleins à craquer. Les **microbes** résistent aux antibiotiques, dont les doses deviennent mortelles pour les malades. Les **rhumatismes** triomphent de la cortisone, et les maladies de **cœur** et du **cerveau** s'accroissent suivant un rythme effrayant.

Les chimistes peuvent inventer des remèdes sans cesse plus merveilleux, la santé n'avancera pas d'un pas. On peut même prophétiser que plus le remède gagnera en efficacité (du point de vue symptomatique) plus sa nocivité se révèlera désastreuse à l'égard du capital vital.

« Les médecins chimistes, disait le Docteur **Madaus**, sont comme les homards ; **ils reculent croyant avancer ».**

Le Docteur **H. Shelton**, chef de l'hygiénisme, écrit : « Si nous avons un problème de santé à résoudre... vite, un **poison** vient à notre secours. Les uns activent la croissance, d'autres augmentent la taille, prolongeant la vie, réduisent la stérilité, combattent la maladie, etc... En fait, les poisons font tout, hormis de raccommoder nos chaussettes.

Quelle vie ! Dès avant la naissance et jusqu'à la mort, nous sommes drogués. Si l'humanité ne se réveille pas de ce rêve, l'industrie chimique l'aura si complètement « enbaumée » que tout ce que nous aurons besoin pour l'avenir, ce sera de **pyramides ».**

Il est certain qu'aussi longtemps qu'on se refusera à admettre l'existence de la **force vitale** et d'en observer les lois, aussi longtemps la médecine ira d'illusions en désillusions.

L'homme de laboratoire veut plier la « matière vivante » à ses méthodes. Matérialiste, il ne veut voir que les réactions physico-chimiques et tend à diriger la **vie,** suivant ses principes

---

à son retour. Que penserait-on d'un homme, qui voyant sa maison en feu, se contenterait de fermer les portes et les fenêtres pour ne plus voir les flammes, et s'en irait vaquer tranquillement à ses occupations ? C'est ainsi que se comporte « l'homme de l'art » face à la maladie **et c'est ainsi (comble de l'ignorance) que le malade veut être traité !** Qu'y a-t-il de plus triste que d'entendre dire : « Mon médecin m'a guéri, mais je viens **d'attraper** autre chose : je ne sors jamais des médicaments ». Le pauvre malade ignore qu'il se soigne mal, et que toutes ses maladies successives sont tissées sur la trame du mal originel qui subsiste toujours et que personne ne songe à éliminer. Sous le masque trompeur des « pseudo-guérisons », ce malade un jour ou l'autre ira grossir le lot des incurables qui grèvent le budget social aussi lourdement qu'une guerre : « C'est la déchéance progressive qui menace les imprudents trop confiants dans la vertu et l'innocence des drogues. » disait le Professeur **Tiessinger**, de **l'Académie.**

En réalité, la **matière vivante** a ses lois propres (lois biologiques).

Il y a, dans cette **matière vivante,** irréductible aux simples phénomènes physico-chimiques, un « principe vital », qui dirige et ordonne des **réactions,** et qui ne relève pas uniquement de la mécanique. L'homme de science nie ce **principe vital** de peur de passer pour un métaphysicien.

En vérité, l'intelligence de la vie est partout : dans le germe, dans l'évolution des êtres, dans l'adaptation de leurs formes au milieu, dans la constance des humeurs, etc...

Cette « intelligence organique » se manifeste clairement dans la maladie. Aucune action n'est faite au hasard, et toutes concourent à la guérison finale (lorsque les immunités nerveuses sont intactes). Par malheur, l'homme intervient, et le fait maladroitement.

> **Le Docteur Forbes dit à ce sujet : « L'art médical repose sur une erreur colossale ; le médecin, dans le combat qu'il livre à la maladie, prend ses alliés naturels pour ses ennemis, et les assomment. S'il réussit, il pense sincèrement, à cause des dégâts, que ses coups n'ont pas été assez bien ajustés, et il cherchera à faire mieux la fois suivante. S'il échoue, et que le malade guérisse malgré lui, il s'attribue en toute bonne foi tous les mérites de la victoire, et ne comprendra pas l'échec qui l'attend sur un nouveau patient ».**

## Le drame des répressions aveugles

Un robuste paysan landais, âgé d'une cinquantaine d'années, n'avait jamais été malade. Un peu sanguin, il buvait sans doute trop, mais éliminait au cours des rudes journées qu'il passait à cultiver ses champs de maïs. **Un jour, il se vit brusquement affligé d'hémorroïdes saignantes.** Trois ou quatre fois par mois, il perdait une pinte de sang, et ma foi, avouait qu'il se trouvait très bien de ses saignements qui rendaient son corps plus léger et son esprit plus clair. Cependant son entourage et surtout sa femme, craignant de voir ses forces décliner, l'envoyèrent consulter un « spécialiste ». Notre homme maugréant un peu, alla donc voir un jeune médecin, qui — disait-on — faisait merveille dans ces cas. **Le praticien, en quelques coups d'aiguille, sclérosa les veines malades,** et tout rentra dans l'ordre : plus d'hémorroïdes, plus d'hémorragies. Le fermier se déclara enchanté de



son traitement, mais son bonheur fut de courte durée. **Deux mois plus tard, il était cloué au lit par une crise impitoyable d'asthme bronchique.** Et tous les médicaments en usage firent peu sur son état. Au printemps, comble de la malchance, **il fit une angine de poitrine qui lui retira le peu de forces qui lui restaient.** Cet homme vigoureux était devenu un vieillard, en quelques mois. Il avait abandonné la direction de son exploitation à son fils, et se lamentait sans arrêté sur son sort. Un jour qu'il se désespérait, un médecin qui chassait sur sur ses terres et qui le connaissait, vint à passer.

— « Eh, diable ! dans quel état êtes-vous, mon pauvre ami !

— Hélàs, docteur, je passe mes nuits à étouffer, depuis qu'un de vos confrères... m'a guéri de mes hémorroïdes ».

Ce fut pour ce médecin un trait de lumière. Il comprit d'un coup tout ce qui s'était passé, et conseilla **aloès** en purgation pour dériver, et **sangsues** à l'anus pour provoquer les éliminations bienfaisantes. Quinze jours plus tard, le malade était littéralement ressuscité ; il respirait à fond, passait des nuits excellentes, trinquait à nouveau avec ses amis. Et tout l'hiver, il fit du « bois » avec son fils, maniant la cognée comme autrefois. Il reprit peu à peu toutes ses activités passées, mais tous les dimanches, après la messe, il n'oubliait jamais de passer chez le pharmacien prendre ses sangsues.

Une jeune femme de 25 ans, coiffeuse de son état, et habitant **Paris,** souffrait du bas-ventre, **et se plaignait de pertes abondantes et glaireuses.** Jeune mariée, elle était désespérée de ce mal ; et finit par aller voir un gynécologue qui lui fit, suivant l'usage, **des applications locales de sulfamides en poudre, et lui prescrivit des cachets** du même produit par la bouche. Le résultat fut spectaculaire ; en quelques jours, elle fut radicalement guérie. Malheureusement, son **utérus** se mit à enfler, à durcir et à peser lourdement. **Les os du bassin** devinrent douloureux comme dans un accouchement. Ses souffrances furent vite intolérables, et on dut lui donner des calmants. Des **migraines** atroces se manifestèrent, alors, périodiquement ; puis une **phlébite** s'annonça qui se solda par **d'énormes varices** à la jambe gauche. Le retour à la normale fut très lent et dura plusieurs mois. La jeune femme avait dû renoncer à tout travail, même à la maison. Les règles étaient revenues, mais irrégulières et douloureuses. On parlait de kyste ovarien et d'opération ; la malade était désespérée. **Un beau matin, les pertes réapparurent comme par le passé ;** et à partir de ce moment-là l'état général s'améliora très rapidement. L'organisme avait retrouvé sa voie

d'élimination. Par la suite, la jeune femme mieux conseillée, consulta un médecin qui la débarrassa de ses ennuis, en s'attaquant à la source du mal par le **régime et l'entéroclyse profonde.** Par la correction du métabolisme, et un drainage sérieux vers l'intestin, la muqueuse de l'utérus retrouva sa fonction normale et cessa d'être utilisée par l'organisme comme organe supplémentaire d'élimination. Il faut dire que la jeune femme était une grande constipée, et qu'elle restait souvent trois ou quatre jours sans aller à la selle. L'intestin régularisé libéra l'utérus. Les rhinites, otites, sinusites, métrites, etc..., ne sont jamais dangereuses, même si elles sont abondantes et **purulentes,** aussi longtemps que subsistent des voies d'élimination. Elles purifient les humeurs, et tendent à se tarir à mesure que s'assèche la source toxémique. La septicémie, l'empoisonnement foudroyant par la septine, les infections généralisées et mortelles sont presque toujours les conclusions d'une **élimination contrariée.** La royauté absolue des sulfamides est déjà entrée dans le domaine du souvenir. Il est advenu à cette forme de chimiothérapie le sort qui attend tôt ou tard toutes les formes de chimiothérapie (la création d'une accoutumance les rendant pratiquement inefficaces). Mais, les risques n'ont point été atténués, pour autant, lorsque la sulfamidothérapie est encore utilisée, en poudrage par exemple des cavités ouvertes par le bistouri et qu'il faut refermer par suture. Aussi toutes les fois qu'en chirurgie abdominale, il faut ouvrir le **péritoine** pour intervenir sur un organe sous-jacent, on continue de le bourrer de poudre de sulfamides avant de le refermer. Le Docteur **Dax** dans un article du « Journal de Médecine de Bordeaux » rappelait avec beaucoup d'opportunité les dangers de cette pratique, qui sont réels et variés. Il ressort de son étude que cette pratique, courante et en apparence bénigne, peut réserver de bien désagréables surprises. En gros, les phénomènes constatés après poudrages intra-péritonéaux sont de trois ordres : 1° la poudre qui devient vite une **pâte** contribue à la création d'**adhérences** qui peuvent être cause d'occlusion ; **2° des états généralisés de cyanose,** prolongés et relativement inquiétants ; 3° enfin des phénomènes plus graves de transfert morbide, d'intolérance se traduisant par **des hépato-néphrites aiguës,** de **l'acidose** et de **l'agranulocytose.** Plusieurs auteurs avaient déjà signalé cela, et recommandaient d'éviter l'intrusion aveugle et systématique de sulfamides dans la cavité péritonéale, **pour éviter de bouleverser l'ordre des défenses naturelles.** Le Docteur **Boudet** signalait une anurie, consécutive à un dépôt de 15 gr. de 1162 F. De son côté, le Docteur **Ducuing** avait signalé un cas semblable. Ces deux faits cliniques se rattachaient à un même phénomène commun de défense malmenée, aboutissant à un



syndrome de **néphrite aiguë,** affection grave pouvant laisser des traces indélébiles.

Mais voici encore mieux. Dans un numéro de 1949 (26 Février) de la « Presse Médicale », le Docteur **Dax,** déjà cité, rapporte l'observation d'un **cas mortel.** Il s'agit d'une malade entrée à l'hôpital pour des douleurs du petit bassin, bien localisées à la sphère génitale. Il n'y a pas de fièvre, et aucun diagnostic précis ne peut être posé. On hésite entre un fibrome qui commencerait à se décomposer (nécrobiose) ou une collection suppurée dans une trompe ovarienne (pyosalpinx). Il n'y a pas le « ventre de bois » classique dans les grandes infections péritonéales. Sous anesthésie à l'éther, on ouvre le petit bassin, et l'on découvre un kyste dermoïde. Au cours de l'intervention, le kyste se rompt, et laisse échapper dans la cavité un liquide purulent. On saupoudre avec 30 gr. de 1162 F., **mais les suites sont dramatiques et rapides.** Dans l'après-midi, l'opérée est cyanosée ; le lendemain la cyanose est généralisée, le pouls rapide et les membres sont rigides. L'urine contient de l'albumine et des cylindres. L'azotémie qui était déjà élevée (0,50) avant l'intervention, atteint 0,90. **La malade meurt au bout de 36 heures sans avoir repris connaissance.** Fort heureusement, des cas semblables sont rares. Il n'en reste pas moins vrai que cette malade est morte d'un déploiement outrancier d'asepsie. Certes une intervention chirurgicale étant un acte contre nature, il y a toujours possibilité d'accidents ; **mais cette possibilité sera d'autant moindre que le terrain de l'opéré sera sain, que ses surcharges auront été réduites, que ses émonctoires auront été rééduqués et que ses défenses naturelles auront été respectées.**

Une vieille dame, très respectable, âgée de plus de 75 ans, souffrait d'un **ulcère variqueux,** depuis son retour d'âge survenu vers 55 ans. Médecins, guérisseurs, saints et reliques, tout avait été essayé, mais rien ni personne n'avaient pu faire fermer ce « maudit » ulcère qui désolait la dame, encore coquette, malgré les ans.

— « Je ne veux point garder cette plaie, se lamentait-elle ; la gangrène s'y mettra et je perdrai la jambe ». Son médecin ne pouvait la ramener à une vue plus exacte des choses. Elle courrait les officines, montrait sa jambe à tout le monde, essayait chaque semaine des pommades nouvelles. Un jour le miracle, tant attendu, se produisit, un onguent secret, envoyé de Suisse, opéra la cicatrisation en un temps record. La guérison était, localement, parfaite. Une fine pellicule neuve recouvrait l'endroit de l'ulcère, et tout autour la peau avait perdu sa teinte violacée et ses lésions eczémateuses. La vieille dame, très satisfaite, se moqua évidemment de nos théories sur l'élimination, prétendit

se porter mieux qu'avant et nous n'entendîmes plus parler d'elle pendant quelques temps. Mais trois mois plus tard, une lettre nous apprit qu'elle venait d'avoir **une attaque** « due à son âge » disait notre correspondant, et on ajoutait que la malade resterait sans aucun doute **paralysée de tout le côté gauche.** Effectivement l'**hémiplégie** s'installa ; et avant la fin de l'année, soit 6 mois plus tard, un second **ictus** aggrava la situation. La malade perdit lentement la raison. Elle mourut, enfin, après un long coma, par résistance cardiaque extraordinaire, preuve que l'organisme n'était point arrivé à la fin normale de son existence. Nous avons gardé de cette mort, « prématurée », par transfert morbide, un souvenir qui ne s'effacera pas dans notre mémoire. Un autre exemple demeure vivant dans notre esprit, celui de notre jeune frère, mort à 26 ans de l'abus des sels d'or et des médications. Ces faits ont contribué pour beaucoup à la fermeté de nos convictions.

L'histoire, que voici, se termine mieux, mais contient tout autant d'enseignement. Un agrégé en philosophie de la région lyonnaise était atteint d'**eczéma à l'anus** ; il s'en plaignait encore entre les doigts de pieds. Lorsqu'il éprouvait le besoin de se gratter, il se mettait en sang et rien ne l'arrêtait. Pour éviter de telles crises de prurit devant ses élèves, il prit l'habitude d'user de réducteurs à base d'acide salicylique, de nitrate d'argent ou d'alcool iodée. Ces médicaments réussissaient à merveille. La peau tannée, cautérisée à outrance ne laissait plus suinter de sueurs acides ; et notre professeur pouvait faire ses cours en paix. Cependant, il y avait un inconvénient. Une **sinusite** se déclarait chaque fois qu'il faisait taire l'eczéma. Le nez coulait abondamment, sans raison apparente (sinon le moindre changement de température, ou d'excès alimentaire). Et ce nez coulait étrangement, laissant échapper un liquide clair, ne tachant pas les mouchoirs, mais en telle quantité qu'il fallait utiliser plusieurs serviettes de toilette par 24 heures.

Un jour, chez des amis, une crise épouvantable éclata. Le nez se mit à couler, et les yeux à pleurer au milieu d'éternuements violents. Un potard présent courut chercher quelques cachets dont il disait le plus grand bien ; et le miracle s'accomplit. Le calme revint en quelques instants, mais presque aussitôt **tout le visage du malade se mit à enfler démesurément** ; les lèvres devinrent exsangues ; les yeux disparurent sous d'épais bourrelets recouvrant les paupières. La peau tendue à l'extrême, le faciès bouffi rappelaient celui d'un malade atteint **d'érésypèle.** La guérison fut lente et exigea plus d'une semaine. Le professeur souffrit, même, de quelques troubles de la mémoire et d'une certaine difficulté à fixer son attention, qui finirent pas s'atténuer



mais le génèrent de longs mois dans l'exercice de sa profession. Bien entendu, il ne fut plus question de juguler l' « eczéma » que nous présentions comme **bienfaisant ;** et au contraire des bains de sudation et une sévère réforme alimentaire, furent institués sur notre conseil, et acceptés avec enthousiasme. Comme toujours, en quelques mois (trois ou quatre) tout rentra, alors, dans l'ordre. L'eczéma de l'anus et des pieds disparut ; le nez ne coula plus ; la peau du visage épaisse et boutonneuse retrouva vite sa finesse et sa coloration rosée. Le professeur pouvait même, faire des escapades alimentaires ; et n'était plus « dérangé » par le moindre prurit durant ses cours... Le potard lui-même, qui avait été tenu au courant du traitement et affichait un certain septicisme, se mit à la sudation pour soigner ses rhumatismes, et il s'en guérit.

De nombreuses observations de « transfert morbide » peuvent être faites dans la pratique médicale courante. Il suffit de comprendre le mécanisme des humeurs, et d'interpréter correctement les accidents seconds qui se déclarent après traitement.

Ici, une femme souffre de **métrorragies,** son médecin conseille l'opération ; trois mois plus tard, elle est emportée par une **congestion cérébrale foudroyante ;** là, un jeune homme présente des **adénites cervicales fistulées,** qu'on s'empresse d'assécher ; ce qui a pour résultat de lui faire **perdre la raison.** Ailleurs, une jeune fille de 20 ans fait une **péritonite,** qu'on soigne énergiquement et avec succès ; mais la malade meurt d'une **brutale méningite.** Partout, on relève des cas de cette nature, qui semblent passer inaperçus ou du moins qui n'attirent pas suffisamment l'attention des praticiens pour les inviter à plus de **prudence.**

Un enfant atteint de **rhumatismes** au coude subit une série de piqûre ; à la suite de quoi se déclare un **ostéome** qui exige plusieurs opérations sans pouvoir sauver le petit malade. Une femme présente un **lupus** au visage ; elle en est désolée ; on conseille la cautérisation qui réussit mais une **granulie,** forme aiguë et généralisée de la tuberculose, se déclare, qui l'emporte en quelque temps.

Inversement, chaque fois que le médecin favorise **le jeu de l'élimination,** au lieu de l'étouffer, il se produit des guérissons accélérées et stables. Certes, « il faut travailler à détourner ce qui se porte là où il ne doit pas aller », suivant la formule des anciens, mais « détourner » ne veut pas dire « refouler ». S'il faut calmer., la **dérivation** suffit ; elle doit s'exercer sur un autre point, mais toujours dans le sens centrifuge, et vers la surface.

**Le destin parfois s'en mêle, et se fait bon médecin.** Un asthmatique souffre depuis la cicatrisation médicale de son

ulcère variqueux ; il reçoit une bille de bois sur la jambe, **et l'ancienne plaie se met à suppurer ; dans le même temps les crises de dyspnée disparaissent.** Un pleurétique, énergiquement traité et guéri, présente des troubles de folie délirante ; en s'asseyant, accidentellement, sur une planche garnie de clous, il se blesse cruellement à l'anus ; ce qui provoque l'**apparition d'une fistule anale qui suffit à lui rendre la raison.**

Tous les médecins savent que les **syphilitiques,** qui présensentent des manifestations cutanées, sont automatiquement protégés contre les accidents profonds du système nerveux ; que les **tuberculeux, porteurs** de lupus, font rarement des tuberculoses viscérales graves ; et que les malades atteints de **sclérose en plaque,** ou de **paralysie agitante** (Parkinson) se trouvent améliorés par des abcès ou des éruptions eczémateuses. Rappelons, encore, que dans certains cas de maladies incurables, telles que **l'acrodynée rebelle,** la **néphrose lipoïdique,** etc..., une rougeole éclatant providentiellement amène la guérison.

Tous ces faits donnent à réfléchir, et révèle l' **importance de la fonction éliminatrice.**

**1° TOUT MALADE TEND NATURELLEMENT A GUERIR PAR SES PROPRES MOYENS, ET TOUTE MALADIE A SE RESOUDRE PAR DES ELIMINATIONS DE SURFACE ;**

**2° TOUT REFOULEMENT D'UNE ELIMINATION DE SURFACE, SANS DERIVATION, DETOURNE LE FLUX TOXEMIQUE VERS LES ORGANES CREUX PROFONDS (POUMONS, INTESTINS, REINS) OU PLUS PROFONDEMENT EN SATURANT (SANS POSSIBILITE D'ELIMINATION) DES ORGANES PLEINS, NE DISPOSANT PAS DE SYSTEME PARTICULIER D'ELIMINATION (GLANDES, OS, NERFS, ETC...) ;**

**3° TENANT COMPTE DE CES LOIS BIOLOGIQUES, LA THERAPEUTIQUE NATURELLE EXIGE LE RESPECT DE L'ELIMINATION, CONSEILLE LA DERIVATION POUR CALMER LES ZONES TROP IRRITEES, ET IMPOSE LE RAPPEL ENERGIQUE DU DRAINAGE CENTRIFUGE (VERS LA SURFACE) DANS TOUS LES CAS DE REFOULEMENT DU PREMIER OU DU SECOND DEGRE.**

Les analyses savantes et le laboratoire n'enseignent point cette « médecine vivante », humaine. Il ne faut pas chercher à intervenir sur la **maladie locale** ; on risque d'entraver les défenses naturelles, seules guérisseuses. Il faut, au contraire, agir puissamment sur l'ensemble du mécanisme de la vie et principalement aider à l'**élimination.**



Tout homme peut refaire ses tissus et redevenir un « être neuf » en quelques mois, ou quelques années. On a calculé qu'en sept ans, l'individu entier se recrée de toutes pièces, sauf dans certaines de ses parties nerveuses. **Une telle renovation est possible, mais à condition d'aider la nature,** en activant les irrigations, en drainant les marécages sanguins et lymphatiques, en arrosant tous les tissus, en ouvrant au maximum les émonctoires, et dans le même temps en agissant sur la cause profonde par une réforme alimentaire correcte (sublata causa, tullitur effectus). Donc sans **désintoxication systématique,** point de guérison possible. Il faut toujours **débuter** par là ; et apprendre aux malades à éliminer s'ils ne le peuvent plus. La désassimilation ouvre le chemin à l'assimilation, comme l'expiration prépare à l'inspiration. Il ne faut plus s'affoler de ce que rejettent nos émonctoires, mais nous en féliciter, même si les « analyses » ne sont pas bonnes. C'est une erreur que d'accabler l'organe et de s'en prendre à lui ; de prétendre par exemple qu'on a les reins malades parce qu'on fait de l'urémie. **L'activité des émonctoires est toujours salutaire, et l'élimination de substances abondantes et inhabituelles demeure, en toute circonstance, un acte favorable.**

**LA MALADIE EST EN NOUS, AINSI QUE LE REMEDE.** NOUS SOMMES RESPONSABLES DE NOS **DESORDRES** PHYSIOLOGIQUES, MAIS AUSSI MAITRES DE RETABLIR L'**ORDRE** DANS NOS TISSUS ET NOS ORGANES. LA MALADIE EST UNE **ECHEANCE** ET NON UN **ACCIDENT.** CEUX QUI CROIENT LE CONTRAIRE N'ONT AUCUNE CHANCE DE **GUERIR VRAIMENT** PARCE QU'ILS POURSUIVRONT LEURS ERREURS TOUTE LEUR VIE.

Ce livre se borne à réhabiliter **l'émonctoire cutané,** les suivants parleront des trois autres.

**Qu'est-ce que la peau ; quelles sont ses fonctions ; quel rôle exact joue-t-elle dans l'élimination ;** offre-t-elle des ressources exceptionnelles pour accélérer les **drainages,** et permettre les **dérivations ; par quels moyens peut-on solliciter ses activités ;** existe-t-il un procédé pratique, à la portée de tous, n'offrant aucun danger pour provoquer l'élimination cutanée, à volonté, et quel **est-il ?**

Autant de questions auxquels nous allons répondre dans les pages suivantes.

# C) Anatomophysiologie de la peau

## (Fonction de l'élimination cutanée)

**« LA PEAU N'EST QU'UN SAC » PRETENDAIT METCHNIKOFF ; EN REALITE, C'EST UNE GLANDE, UNE DES PLUS ACTIVE, ET LA PLUS LOURDE DE TOUTES ; ELLE PESE PRES DE CINQ KILOS.**

Les êtres vivants, constitués d'une seule cellule, n'ont pas d'organes internes spécialisés. Leur membrane assure toutes les fonctions. Aussi, ne nous étonnons pas de trouver des traces de cette prodigieuse activitée dans notre propre enveloppe cutanée, feuillet primitif de l'économie et de la substance vivante. La peau assure des fonctions multiples : **protection, respiration, absorption, régulation thermique, réception nerveuse** (sens du froid, de la chaleur, du toucher, de la douleur, de la pression).

Ces fonctions, très importantes, ne nous intéressent pas ici. Par contre, deux retiennent particulièrement notre attention :

## 1° Fonctions neuro-motrices de la peau

**a) ELIMINATION PORTANT SUR LES ORGANES PROFONDS (REINS, INTESTINS, POUMONS) SANS INTERESSER LA PEAU DIRECTEMENT, MAIS A LA SUITE D'EXCITATION CUTANEE.**

Nous savons que la **peau**, par toute sa surface, est en liaison constante avec le système nerveux autonome et central ; et par là, elle se trouve en contact avec tous les organes de l'économie. On a découvert, même, **des zones et des points** qui semblent, par ce mécanisme, commander directement à des organes profonds bien déterminés. La peau est un « clavier » sur lequel par des touches savantes on peut agir pour **exciter ou calmer** tous les viscères. Il est certain que la moindre excitation cutanée (chaleur, froid, pression, piqûre) par les filets sensitifs, gagne le sympathique, l'axe cérébro-spinal et le cortex. En retour, un influx moteur part des noyaux gris de l'hypothalamus, gagne l'hypophyse, le bulbe, le pneumo-gastrique et tout le système endocrinien et organique. **Ainsi, en partant de la peau**, on peut modifier le comportement d'un organe.



Ce mécanisme explique la **reflexologie et ses méthodes** (acupuncture, moxas, kua-tsu japonais, tcha-tchenn chinois, pinçages et ponçages de **G. Knap**, spondylothérapie d'**Abrams**, sympathicothérapie nasale de **Bonnier**, massage rhino-bulbaire de **Ferrandiz**, excitation du cervelet de **Rancoule**, craquages cervicaux de **Palmer** et des chiropractors, etc...).

Ces méthodes ne sont pas des méthodes d'élimination. Elles agissent sur les organes soit pour **calmer**, soit pour **exciter** (et elles le font sans dépasser les ressources nerveuses et sans intoxiquer). Cependant, appliquées par un **praticien naturopathe** elles peuvent être utilisées à des fins d'élimination en sollicitant les grands émonctoires. Ainsi la **peau, simplement par ses commandes nerveuses** (sans participer à l'action directe) **assure une fonction d'élimination.**

**b) ELIMINATION PORTANT SUR LES ORGANES PROFONDS, TOUJOURS A LA SUITE D'UNE EXCITATION DE LA PEAU, MAIS AVEC UNE PARTICIPATION DIRECTE DE CELLE-CI, GRACE AU PHENOMENE DE CAPILLARO-MOTRICITE.**

Par un **processus reflexe**, comparable à ceux qui conditionnent la reflexothérapie, **mais partant de la peau et venant aux capillaires cutanés**, on agit indirectement sur la fonction d'élimination par le **brassage** des liquides humoraux, **qui trouvent ainsi l'occasion de traverser plus souvent les filtres épurateurs profonds** (poumons, reins, intestins), sans solliciter ceux de la peau. Aux excitations cutanées, produites par la **chaleur** ou par le froid, répondent des phénomènes vaso-moteurs de **dilatation** ou de **constriction** intéressant **l'immense réseau des capillaires de la peau.**

Les capillaires de la peau, qui sans cesse se **retractent ou prolifèrent**, peuvent contenir la presque totalité du sang. D'autre part, ils possèdent le pouvoir d'augmenter leur calibre, et d'adapter l'intensité curculatoire en fonction des demandes. **Ainsi, par le moyen de cette stupéfiante pompe capillaro-motrice**, la masse du sang est **brassée** énergiquement ; elle est tour à tour **aspirée** vers la périphérie, ou refoulée vers le centre, localisée ou expulsée d'un organe ; et par ce mouvement, l'irrigation des déserts tissulaires ou l'assèchement des marécages se réalise pleinement, provoquant en dernier lieu **un puissant effet physiologique de drainage**, et d'épuration des humeurs. Le flux et le reflux de cette marée sanguine traversent, plus activement, les grands filtres ; et les liquides plus lents, **les liquides lacunaires et la lymphe suivent le sang** dans cette course à l'épuration.

L'importance du débit des plasmas circulants mérite d'être rappelée. **Policard** a calculé que la surface colloïdale de l'organisme s'étalait sur 200 hectares, et qu'elle était irriguée par 100.000 km de capillaires. **Canel,** de son côté, a estimé à 200.000 litres la quantité de liquide nécessaire pour arroser un tel réseau. Or la nature ne dispose que de **35 litres** (5 de sang, 2 de lymphe et 28 de liquide lacunaire). La vitesse du débit doit donc compenser cette faiblesse quantitative. Toute manœuvre facilitant cette irrigation ne peut être que bénéfique. Cette « gymnastique » des **plasmas circulants** (sang, lymphe, fluide lacunaire) stimule la fonction de l'élimination, parce qu'elle oblige les liquides humoraux à des **filtrations plus répétées** au niveau des émonctoires. Ainsi, la peau, par son reflexe sensitivo-moteur, portant sur les capillaires, **et sans participer elle-même directement au moyen de ses propres glandes à l'action**, contribue activement à l'élimination.

De nombreuses méthodes mettent en jeu le mécanisme de cette élimination. Nous citerons les fameuses affusions (**locales, courtes** et **froides**) du Curé **Kneipp** ; les bains de siège de **L. Khune**; les grands bains froids à réaction du Docteur Georges **ROUHET** ; **les bains alternatifs**, écossais, etc...

Prenons un exemple. Après une série de mouvements de culture physique ayant produit un échauffement musculaire, **la douche froide provoque une ventilation pulmonaire profonde**. L'élimination est intense à ce niveau, et se prolonge quelques instants plus tard **par une émission d'urine, bien teintée.** Le sang, qui gonflait les muscles périphériques, s'est déplacé sous l'action du froid vers les poumons et les reins, se filtrant intensément à ces niveaux. Ces méthodes de « brassages énergiques » avec élimination profonde exigent de bons organes, surtout des poumons et des reins intacts. Le Curé **Kneipp** appliquait, bien entendu, sa méthode aux malades, mais le système des affusions locales autorise une grande souplesse d'application c'est-à-dire la possibilité d'une progression très douce limitant les réactions aux dispositions organiques du moment.

Nous conseillons, à ce sujet, la lecture de notre livre : « **Les Cures d'Eau** ».

**METHODE DE REVITALISATION**

**L'HYDROTHERAPIE PERMET DE REALISER AISEMENT UNE EXCELLENTE GYMNASTIQUE VASO-MOTRICE DES CAPILLAIRES, ET D'IRRIGATION INTENSE DES FILTRES INTERNES. LA TECHNIQUE CONSISTE EN DOUCHES AU JET D'EAU ALTERNATIVEMENT CHAUDE ET FROIDE (40° PENDANT 1 MINUTE ET 10° PENDANT 10 SECONDES). DUREE : 15 MINUTES.**



# 2° Fonctions de l'élimination directe

La **peau,** sollicitée plus intensément, révèle des **phénomènes d'élimination qui lui sont propres.** Ils sont nombreux et variés. A la surface cutanée, peuvent apparaître en certaines circonstances **toutes sortes de décharges humorales,** telles que sueurs acides et abondantes, excrétion grasse de sébum, et à **la faveur de lésion ou d'abcédation**, des sérosités, muquosités, toxines, et cadavres microbiens, débris cellulaires, floculats, sels, substances médicamenteuses, sang, lymphe et pus.

Ces éliminations se produisent, presque toujours, à la suite **d'un échauffement** (local ou général) de la masse du sang. Cet échauffement est spontané dans la **fièvre ou les enflures, les abcès** (fluxions locales). Le mot « **rhumatisme** » n'a pas d'autre sens. C'est, avant tout, **un phénomène inflammatoire**, bien précisé à l'état aigu (R.A.). L'organisme **lance** du sang **dans les régions** intéressées, il réalise la «congestion », ouvrant et dilatant le réseau des capillaires, et mettant en jeu les **cellules digestives** de la couche basale, de l'épiderme, et les **filtres sudoripares et sebacés** du derme. Lorsque la toxémie est importante, des éruptions de formes très variées soulèvent et percent **la couche cornée épidermique** (papules, vésicules, bulles, phlyctènes, pustules), ou creusent leur voie en partant de l'épaisseur même du derme, et au-delà (cratères des furoncles, des abcès, des ulcères, etc.). Tous ces phénomènes d'élimination cutanée (des simples phénomènes de la **transpiration**, à ceux plus complexes de **l'excoriation**) sont de même nature, et ils expriment un des modes opératoires naturels, par lequel, l'organisme élimine, c'est-à-dire s'épure, ou se désintoxique.

**Les médecins dermatalogistes** (c'est-à-dire spécialisés dans le traitement des maladies de peau) et **les esthéticiens classiques** (spécialistes, également, des altérations cutanées qui enlaidissent) se disputent entr'eux pour servir une **mauvaise cause** : celle des soins locaux. Les uns comme les autres semblent ignorer la vraie nature des imperfections ou des maladies qu'ils traitent et qu'ils cherchent à faire disparaître superficiellement, alors qu'ils devraient savoir qu'elles ne sont que **des soupapes de sûreté.**

C'est, au contraire, en ne s'opposant pas à ces manifestations, mais **en les provoquant** que l'hygiéniste ou le médecin naturopathe (de même que le « physio-esthéticien ») rétabliront la pureté humorale, en même temps qu'ils redonneront à la peau tout son éclat.

**LA STRUCTURE DE LA PEAU EXPLIQUE CLAIREMENT SES FONCTIONS D'ELIMINATION DIRECTE QUI SONT CELLES DE LA COUCHE BASALE EPIDERMIQUE ET DES GLANDES SUDORIPARES ET SEBACEES.**

# a) L'épiderme et sa couche basale

L'épiderme présente une couche superficielle, faite de cellules mortes ou **kératinisées** (couche cornée), et une **couche inférieure** composée de cellules vivantes, actives (couche basale ou muqueuse). Cette dernière couche, par son unité, sa structure, sa fonction détient un des **grands secrets de la vie** : celui de la polyvalence des cellules simples. Cette couche basale, en effet, réalise suivant les besoins des actions **d'excrétion, de digestion, de synthèse chimique**, etc... Tout lui semble possible. C'est un des organes les plus actifs de l'économie.

La couche basale **draine**, en réabsorbant, une masse importante de déchets et de résidus qui lui parviennent des plasmas irriguant les zones ondulées et sous-jacentes du derme. **Elle** « digère » ces déchets et résidus, désagrège les abulminoïdes et les floculats, oxyde les hydrates de carbone, les acides gras, les graisses, fait participer les minéraux à de nouvelles combinaisons organiques. De ses digestions, en vrai chimiste, elle sait même tirer des **synthèses**, utiles, en **partant d'éléments incomplets**. Elle **fabrique** des vitamines, et plus particulièrement des vitamines **D**, antirachitiques, avec du cholestérol ; elle **arrache** des déchets azotés sans valeur, des acides rares, tels que le gluthation ; par un tour de force inimaginable, elle **mute** les **plus dangereux** microbes en **ferments utiles**, donne naissance à des **hormones**, à des **cellules lympathiques neuves**, etc...

A la suite de ces « digestions », elle rejette vers la surfaces les ultimes résidus, réellement inutilisables, sous forme de substances neutralisées, soufrées et cornées — (origine de la « couche cornée ») — Ce phénomène de momification s'appelle la « Kératinisation ». Il s'opère lentement et d'une manière continue, entraînant des débris de toutes sortes. Partant des régions supérieures de la **couche basale**, les cellules s'élèvent en enrobant les substances à éliminer, puis s'aplatissent, perdent leur noyau, et leur cytoplasme, et peu à peu se transforment en kératine, bloquant les débris comme des pierres dans de la chaux. L'élimination par la **couche cornée** se remarque aux pellicules



qui se détachent de la peau, ou à la « crasse » qui roule sous les doigts après un bain de sudation. Une couche cornée unie est toujours une couche active, témoignant d'une bonne exfoliation. Par contre dans certaines formes de toxémie, avec insuffisance des émonctoires profonds, la **couche basale**, souvent débordée, expédie vers la surface des substances en trop grande quantité ; et elle présente alors des altérations variées, dites « pathologiques », qui vont des simples **verrues**, jusqu'aux **ichtyoses** et autres psoriaris, en passant par toute la gamme des **excroissances cornées, crasses séniles, kératodermies, kératoses**, etc... L'exfoliation normale, ou les desquammations plus importantes sont **les phénomènes visibles de l'élimination épidermique. Les bains chauds,** la sudation à la **vapeur**, les frictions aux essences aromatiques **(vasodilatatrices), le soleil, l'exercice modéré**, etc... favorisent le mouvement continu de la couche basale, et le renouvellement de la couche cornée. Le bain d'air nocturne crée un **échauffement caractéristique** de la peau, sans doute par protection contre l'écart de température ; cet échauffement est le fait d'une grande activité de la couche basale. Il nous a été donné d'attraper en pleine nuit d'hiver des poules perchées sur un arbre. Nous avons été surpris par la chaleur dégagée par ces animaux que nous nous attendions à trouver glacés. Ces bêtes, qui passent ainsi l'hiver, à peine protégées, par exemple sous un simple hangar, ou dans quelques haies, sont exemptes des maladies habituelles en local clos et chauffé : diphtérie, leucémie, etc... Nous avons attribué cette immunité à l'intense activité de la **couche basale.**

**LES JEUNES GENS QUI, L'ETE, PASSENT DES JOURNEES ENTIERES LE CORPS NU AU GRAND AIR, ONT — LA NUIT VENUE — LA PEAU TRES CHAUDE, ET NE CHERCHENT POINT A SE COUVRIR OUTRE MESURE ; ALORS QUE CEUX, QUI SONT RESTES VETUS, FRISSONNENT ET RECLAMENT DES COUVERTURES. CES SIGNES DE GRANDE ACTIVITE DE LA COUCHE BASALE EPIDERMIQUE TEMOIGNENT D'UNE ELIMINATION, ET D'UN METABOLISME DE CETTE REGION, FAVORABLES A LA SANTE.**

Inversement, les peaux sèches, craquées, sans chaleur, épaisses résultent d'une kératinisation ralentie par suite d'un dérèglement de la **couche basale** qui a perdu une partie de ses fonctions. **L'alcool, l'éther, les acides** (phéniques, benzoïques, salicyliques, arsénieux), **les calmants** (cocaïnisés, opiacés, chloratés), **les déso-**

**dorisants, les anti-sudoraux**, les **astringents** (formol, tanin, alun), les **cicatrisants** (nitrate d'argent, composés mercuriels, sels d'argent, alcool iodé, rayons x, etc.), et tous les **antiseptiques**, y compris **les antibiotiques**, contribuent à paralyser l'activité des couches basale et cornée, à **ralentir les échanges de la couche profonde, à épaissir la couche de surface, et à gêner le derme dans ses propres fonctions.**

**IL N'Y A PAS UNE SEULE POMMADE DANS TOUT L'ARSENAL DERMATO-PHARMACOLOGIQUE QUI NE SOIT DANGEREUSE A CET EGARD EN BLOQUANT L'ELIMINATION CUTANEE, ET LES ACTIVITES EPIDERMIQUES. LES INTOLERANCES (ALLERGIES) SONT DES « REVOLTES » DE L'ORGANISME QUI SE REFUSE A LAISSER COMPLETEMENT ETOUFFER SES DEFENSES. LES FAITS CONFIRMENT NOTRE POINT DE VUE. PLUS LES DERMATOLOGISTES ACQUIERENT DE L'EXPERIENCE, PLUS ILS CRAIGNENT CE GENRE DE REACTION, ET PLUS ENCORE LES TRANSFERTS MORBIDES. AUSSI METTENT-ILS LE MOINS POSSIBLE DE CORPS ACTIFS DANS LEUR POMMADE ; ET LES PLUS SAGES FINISSENT PAR S'EN TENIR AU TALC ET A LA VASELINE APRES L'APPLICATION DE QUELQUES COMPRESSES POUR CALMER. LA DERMATOLOGIE EST UN GROS CHAPITRE DE LA MEDECINE CLASSIQUE, MAIS LA THERAPEUTIQUE QUI DECOULE DE CETTE LONGUE ETUDE, APRES DE SAVANTES CONSIDERATIONS, SE REDUIT A UN MINUSCULE FEUILLET DE SOINS TRES SIMPLES.**

Lorsque la toxémie est élevée, que l'épiderme est impuissant à endiguer la « marée humorale », que ses fonctions sont dépassées et que **les filtres du derme**, eux-mêmes, sont débordés, les maladies de peau classiques apparaisent. Ce sont les **dermatoses**, aux formes variées : **pyodermites, eczémas, herpes, lupus, sudaminas, zonas, gommes, tumeurs cutanées, verrues**, etc... Il faut toujours voir dans ces formes pathologiques des manifestations d'auto-défense par élimination. Les couches de cellules vivantes **s'autolysent** pour ouvrir un passage aux substances étrangères, et ouvrir des **brèches** vers la surface. Le pus «monte» à la peau. Tout corps, aiguille, morceau d'os tend, ainsi, par ce mécanisme, à être expulsé. Dans les maladies de peau, le prurit et les démangeaisons sont causés par cette auto-destruction des chairs vivantes pour creuser le sillon d'évacuation des métabolites. Champignons, levures, microbes, virus, vers, etc... — ne sont pas les **causes** des affections cutanées, comme on veut



trop souvent le faire admettre. **Ce sont les « hôtes » d'une peau déjà malade.** La preuve est que ces parasites disparaissent d'eux-mêmes, lorsque la peau retrouve ses fonctions normales.

Les compresses et les cataplasmes chauds et humides, entretenus au niveau des altérations et excoriations cutanées sont toujours d'excellents pansements, non seulement calmants, **mais encore absorbants**, travaillant dans le sens de l'élimination (pus tachant les compresses). **Ils hâtent la cicatrisation**, en **activant** l'épuration. Les cataplasmes d'argile ont une action particulièrement heureuse, à ce point de vue. Ils agissent **à la manière d'énormes ventouses**, pompant gaz, liquides et solides.

**LA VITESSE DE CICATRISATION MESURE ASSEZ EXACTEMENT LE DEGRE DE LA VITALITE EN FONCTION DE L'ACTIVITE DE LA COUCHE BASALE.**

## b) Le derme et ses filtres spécialisés

Sous l'épiderme, se trouve le **derme**, couche plus **épaisse**. Le derme est parcouru de **nerfs** et de fins **vaisseaux. Il** est richement vascularisé par un immense réseau de capillaires. Il présente, enfin, dans son épaisseur deux sortes de glandes aux fonctions précises : les **sudoripares** et les **sébacées**. Les plasmas circulants, qui arrosent le derme, vont se faire « filtrer » à travers ces deux sortes de glandes, qui retiennent : les **unes**, les résidus uriques (cristalloïdes, solubles) à la manière des reins ce sont les **sudoripares** ; les **autres**, les résidus de floculation, acides gras, etc... (colloïdes, insolubles) à la manière des poumons, ce sont les **sébacées**. Les premiers rejettent de la **sueur**, analogue à l'urine les secondes, du **sebum**, analogue aux mucosités pulmonaires

### LES SUDORIPARES

On compte environ 3 millions de glandes cutanées de cette sorte, réparties sur toute la surface de la peau, à raison de 250 par cm². Chacune est un néphron, comparable à ceux des reins (qui en contiennent **un million**, environ, à eux **deux**) **La peau représente, donc, une surface d'élimination deux fois plus importante que celle des reins.** Si elle est moins active, c'est tout simplement que nous l'avons laissée **s'atrophier** (usage du vêtement, défaut d'exercice, aération et ensoleillement insuffisants)

La peau de l'homme civilisé est une peau morte ; le grand hygiéniste **Rickli** a lutté toute sa vie pour faire comprendre cela à ses contemporains. Il faisait des cures merveilleuses en réactivant simplement les grandes fonctions cutanées.

Dans les traités classiques, on se borne à n'étudier que le phénomène de thermo-régulation, causé par l'évaporation de la sueur, sans mettre en évidence le rôle important, majeur, de celle-ci **dans l'élimination.** On constate le peu d'urée rejeté en 24 heures par la **peau**, sans songer que cette **activité réduite** ne correspond pas à la structure anatomique de la peau, et qu'elle témoigne tout simplement d'une **dégénérescence.** Dans le coma, les fonctions rénales cèdent assez vite alors que la peau continue à remplir les siennes (peau salée et parcheminée par l'urée). La sueur est, donc, de l'urine. Dans l'effort, ou dans certaines maladies, la dose des constituants de la sueur en **chlorures, phosphates, sulfates, carbonates, créatinine, acide urique, urates** et **urée** peut même dépasser celle de l'urine. La sueur peut rejeter encore de l'**acide lactique**, résidus du métabolisme, des sucres, etc... Les diabétiques se « désucrent » par la sudation.

> En cours de jeûne, une **bête herbivore** (devenant **carnivore** par nécessité, en vivant sur ses propres tissus de réserve) fait très rapidement des **néphrites**, par excès d'urée et blocage des reins peu entraînés à cet effort du fait du genre de l'alimentation hypo-azotée habituelle. Et les accidents sont d'autant plus rapides et violents que la peau a été recouverte d'un **vernis occlusif.**

Les formes pathologiques de l'excrétion sudorales sont les **sudaminas**, les **miliaires**, les **dyshydroses**, toutes les **hyperhydroses** localisées ou généralisées, et autres **bromhydroses** (hypersécrétion fétide). Sueurs abondantes des athlètes, sueurs chaudes des fièvreux, sueurs froides des tuberculeux, sueurs du front des arthritiques, sueurs des pieds lymphatiques, toutes sont les signes d'une défense qui s'organise au mieux des intérêts du sujet.

### LES SEBACEES

Ces glandes constituent le deuxième groupe des filtres du derme. On en compte environ 300.000. Le **sébum**, ou substance grasse, qu'elles secrètent, est destiné à lubrifier la couche cornée et à la rendre souple. Mais le rôle principal des sécrétions sébacées est de contribuer énergiquement aux fonctions de l'élimination en rejetant des gaz carboniques, des floculats, des « colles » lipoïdiques, des acides gras, des mucosités drainées



par les **voies lymphatiques,** toutes substances peu solubles analogues à celles rejetées par les poumons, le nez, la gorge, etc... Ces glandes fixent, même, et rejettent bien d'autres produits étrangers, médicamenteux par exemple : **iode, mercure, etc...** Elles éliminent l'**acétone** du diabétique. Les **glandes sébacées** sont des petits poumons disséminés, sur toutes la surface du corps.

Lorsque les **sébacées** sont activement sollicitées, la peau devient brillante, huileuse (**séborrhée**) les glandes s'enflamment (**acné**), et des **bacilles séborrhéïques,** des staphylocoques ou des coccis spéciaux peuvent se développer sur ce terrain.

## c) L'hypoderme et le stockage

Le derme repose sur un tissu à mailles larges, appelé hypoderme. C'est le lieu idéal de **saturation,** lorsque l'activité générale de l'organisme est encore assez grande et lorsque celle de la peau par contre commence à être déficiente. La **graisse,** la **cellulite,** les **lipomes** viennent gonfler les cellules de l'hypoderme, donnant aux corps les formes que l'on sait. Sous les poussées massives, et devant le **barrage d'une peau inactive,** l'hypoderme se surcharge vite. Le stockage des résidus indique **la limite de l'état de santé. L'obèse meurt jeune.**

> Cette période « floride » qui constitue celle de l'engraissement désirée, voulue et considérée comme un signe de force, n'est en réalité que la première manifestation d'un désaccord entre le rythme de l'assimilation et celui de la désassimilation **et l'annonce de la décrépitude.** Les femmes cellulitiques dépérissent lentement par asphyxie cutanée, et empoisonnement.

### GAMMES DE L'ELIMINATION CUTANEE

La transpiration normale représente le premier stade visible, après celui caché du métabolisme de la couche basale épidermique et de l'exfoliation continue de la couche cornée. La transpiration se manifeste **doucement** au cours de la vie quotidienne, ou **abondamment** au cours d'une activité musculaire soutenue, ou d'une maladie aigüe (fièvre). Les réfractaires à la sudation sont des sujets sans vitalité. **Le deuxième stade est celui des lésions**

**cutanées**, qui cherchent à compenser des transpirations nettement insuffisantes, ou des excrétions sébacées trop réduites. Selon les cas, c'est l'éruption brutale et intense de **l'urticaire**, ou la montée plus lente des **divers eczémas**. Nous avons, ainsi, toute la gamme habituelle des réactions cutanées lésionnelles, allant du simple eczéma suintant, en passant par l'eczéma sec, lichénifié, et autres formes, jusqu'à la sortie lente et froide du **psoriasis.** Enfin l'élimination peut adopter des allures plus graves, excoriations profondes des **furoncles**, des **ulcères**, des **abcès**.

Nous devons, donc, en toutes circonstances, nous rappeler l'anatomo-physiologie cutanée, et le rôle de la peau dans la grande fonction éliminatrice qui conditionne la guérison. Ne pas le faire, c'est refuser de comprendre un des phénomènes des plus authentiques de la matière vivante ; et c'est continuer à errer dangereusement dans la voie des recherches et des applications locales, contraires à la nature. Toutes les éliminations de surface sont précieuses, et doivent être respectées, voir sollicitées. **La peau est un vaste émonctoire** ; et à notre sens, les méthodes hygiéniques qui s'intéressent à cultiver les grandes fonctions de la peau, et l'élimination cutanée constituent un des plus grand chapitre de **l'art de la santé.**

## Nos méthodes de santé

Elles se résument aux préceptes suivants :

1° **Echauffer la peau et suer** (au moins 1 fois par jour) à la faveur d'un exercice modéré ou d'**un bain de sudation.**

2° **Avoir deux selles par jour**, au réveil et après le repas de midi. **Une seule est nettement insuffisante.**

3° **Ventiler énergiquement les poumons** par des exercices spéciaux, en air ionisé, **matin et soir, pendant 10 minutes.**

4° Veiller à avoir **des urines « jaune d'or »**, et non blanches (les urines foncées ne doivent être que passagères).

5° **Dormir 9 à 10 h. par nuit**, comme un enfant, vite et profondément. Se réveiller l'esprit clair et le corps dispos.

6° **Manger 3 fois par jour** (suivant les lois de l'Espèce Humaine) et **jeûner au moins 1 fois par semaine.**

**N.-B.** — Il existe tout un ensemble de disciplines qui permettent de réaliser cette « Culture Humaine », et qui constituent l'objet même de notre enseignement biologique.



Ce qui n'est pas guéri par **la fièvre,** par une **éruption** ou un **catarrhe,** doit se traiter par l'**abcès : mais ce qui résiste à l'abcès est incurable.**

# CHAPITRE DEUXIÈME

# Les méthodes de dermothérapie

***Etude des procédés connus, mettant en jeu les fonctions éliminatrices de la peau***

## A) Procédés par Congestion

## B) Procédés par Exsudation

## C) Procédés par Excoriation

**Dériver si besoin, mais drainer toujours ;** et s'il arrive que les " soupapes de sécurité " qui s'ouvrent à la peau, viennent à se fermer, **ayez toujours une clef pour les rouvrir immédiatemment.**

# DERMOTHERAPIE

Nous avons appelé « Dermothérapie » l'ensemble des procédés de traitement au **moyen de la peau. La Dermatothérapie** désigne l'ensemble des traitements des maladies de peau, **par n'importe quel moyen.**

Tous les **procédés dermothérapiques** mettent en jeu les grandes fonctions de l'élimination cutanée. Leur action est polyvalente. Tous agissent dans toutes les maladies. Seule l'intensité des applications peut varier en fonction de la vitalité du patient. Les indications thérapeutiques, que nous signalerons, ne sont pas limitatives. Elles rappellent seulement les expériences cliniques, les plus remarquables.

## A) Procédés par congestion

Ils provoquent une hyperhémie cutanée, obtenue par **les caloriques, les révulsifs et les fièvres.** Poussés à l'extrême, ils provoquent **des sueurs,** ou **des sérosités,** et dans ce cas appartiennent aux autres groupes. Modérément appliqués ils agissent en stimulant **le chimisme de la couche basale.**

### 1° LES CALORIQUES

L'échauffement modéré de la peau est obtenu par la chaleur, à l'aide de ses supports habituels : eau, vapeur, linge, sable, boue, lumière, etc... Les compresses se font avec une serviette trempée dans l'eau chaude, et essorée, puis appliquée en triple sur la peau. On recouvre la compresse d'une serviette sèche pour retarder l'évaporation et prolonger l'action. Les **cataplasmes** (farine de lin, fécule, amidon, argile), **les bouillottes, les enveloppements** sont des compresses de genres différents. La pâte garde plus longtemps sa chaleur que le linge ; l'argile ajoute une action « happante » qui lui est propre et accroît l'action éliminatrice. Le cataplasme électrique (chaleur sèche) est moins résolutif que le cataplasme **humide.** Les **enveloppements** sont des compresses cylindriques des bras, des cuisses, du cou, de l'abdomen ou du thorax. L'enveloppement thoracique, le plus courant, s'exécute avec une serviette de grande taille, trempée et essorée, puis pliée en deux, qu'on passe autour du thorax, par derrière en glissant sous les aisselles pour venir la fixer devant au moyen d'épingles. Recouverte d'une serviette sèche, et de la chemise, elle reste en place **1 heure,** et peut être renouvelée fréquemment, sauf la nuit.



**Les bains locaux** ou **généraux** (à 37°) agissent de la même manière. Compresses et cataplasmes font monter le pus à la peau, nettoient les plaies, drainent les tissus contusionnés et les hématomes ; ils vident les orgelets, les furoncles, les panaris, les abcès ; guérissent les piqûres aseptiques, les indurations, les ongles incarnés, etc... Le procédé est excellent dans les entorses, les rhumatismes, l'érysipèle, etc... Il peut résoudre les lipômes. **Les enveloppements** sont salutaires dans les bronchites capillaires, les broncho-pneumonies, l'asthme, la coqueluche, la pleurésie, les péricardites. Ils calment les douleurs des cancéreux pulmonaires. Sur l'abdomen, **les enveloppements** font merveille dans les diarrhées, les règles difficiles, les hémorroïdes, les colites, etc... **Les bains complets (à 37°),** donnés dans un hamac, **et d'une manière continue** (2 à 3 semaines) apportent des améliorations importantes dans les escharres graves, les brûlures profondes, les abcès étendus, les gangrènes suppurantes, les néphrites aiguës, les cancers inopérables, les caries osseuses, les maladies de la mœlle, paraplégies, méningites, apoplexies, hémiplégies, tumeurs cérébrales, etc... L'application est agréable et sans aucun danger. **Reiss, Hébra, Kraeplin, Strasser et Baruch** se sont faits les avocats de ce procédé, qui semble stimuler, avec une grande énergie **la couche basale épidermique,** et l'oblige à retrouver son rythme normal de glande endocrinienne et éliminatrice.

La **chaleur des rayons,** obtenue de métaux chauffés au rouge sombre **(infra-rouge)** est favorable dans les états inflammatoires surbaigus. Elle aide à la résorption des exsudats, floculats et tissus spastiques. Elle évite la formation des adhérences, fait fondre les œdèmes, efface les varicosités, les sequelles de phlébites, etc... Elle active les ferments de la peau et la production des cellules lymphatiques neuves (phagocytose accrue, cicatrisation accélérée). **La lumière totale ou solaire est,** également, très indiquée dans les tuberculoses cutanées, muqueuses, ganglionnaires, ostéo-articulaires et péritonéales.

On peut encore obtenir des chaleurs douces par les **frictions, les exercices modérés** et les ventouses de **Bier.**

### 2° LES REVULSIFS

Le mot révulsif vient de « revulsio » (je tire). La révulsion favorise la crise curative par l'élimination. Elle permet au médecin de dériver. Les révulsifs trop violents sont interdits chez les grands déprimés ou dans les états aigus. **Hippocrate** utilisait la moutarde ; **Celse,** le fer rouge (coxalgie et péri-pneumonie). **A. Paré** conseillait ce procédé pour les ankyloses et les sciatiques. **Bœrhove, Barthez, Broussais, Velpeau** furent des partisans convaincus des révulsifs. Le **Docteur Raynaud** (1864) écrivit une thèse d'agrégation sur ce sujet, et on peut y

lire cette phrase : « **Je suis convaincu des avantages d'un travail substitutif extérieur, correcteur des états inflammatoires internes peu contrôlables** ».

Toute excitation de la peau détermine des activités éliminatrices, à condition que la sensibilité subsiste. Le **Docteur Desplats** a démontré, en effet, que, sur un sujet dont le bras droit est anesthésié, la vésication est à peine marquée, alors qu'elle est très nette sur l'autre bras. **Les réponses sont toujours plus intenses lorsque la sensibilité est vive.** Toutes les médications **calmantes** sont, donc, contraires à l'action d'auto-guérison, et en particulier à l'élimination par la peau. Les sujets réfractaires aux révulsions présentent toujours des **états graves** (ou sont victimes des médicaments sédatifs donnés avec abus). Une autre observation est qu'une excitation légère (par exemple, piqûre d'aiguille pleine de l'acupuncteur) peut provoquer des réponses vasculaires, éloignées du point cutané sollicité (reflexothérapique). **Paré** avait vu la chose, et conseillait des vésicatoires sur le foie pour guérir les hémorragies nasales, et autres. Enfin **la phagocytose** est intense dans la masse des tissus révulsés et dans tout l'organisme.

Les **ventouses sèches** (de toutes les grandeurs, pour toutes les régions) sont d'excellents procédés de révulsion douce. On peut les utiliser dans les bronchites, l'asthme, et sur les points douloureux des rhumatismes, sciatiques, etc... La **teinture d'iode** agit par son acide iodhydrique qui fixe l'eau de la peau, et provoque la réaction qui peut aller jusqu'à une brûlure. **L'ouate thermogène** (ouate iodée, arrosée légèrement d'alcool avant son application) est un révulsif du même genre. Dans les affections aiguës : laryngite, bronchite, élancements en fin de pleurésie, ou de pneumonie, on conseille des badigeonnages localisés sous ouate et taffetas gommés. En tuberculose pulmonaire, contre les dyspnées, il est bon de faire des applications sur 2 ou 3 couches, bien localisées. On décongestionne par des révulsions sur les zones de matité, s'il n'y a pas de signe de ramollissement. Les points congestifs sont les sommets, en avant et sous les clavicules. L'iode à dose vésicante est, ici, conseillée.

Dans les pleurésies, et péricardites chroniques, les arthrites lentes, de larges applications, sur une seule couche, tous les trois jours, apportent d'excellents résultats. Les révulsisons de cette sorte sont à faire, encore, tout au long du rachis dans les maladies de la mœlle, à la fin des états aigus. Au cours de ces applications, il faut surveiller les reins. L'iode s'élimine par l'**urine**, et il est recommandé de donner **des tisanes diurétiques.**

Tous les agents qui provoquent une rougeur tenace de la peau peuvent être considérés comme des révulsifs : **gant de crin**, **brosse dure** (syncope et asphyxie), **roue de Mathieu** (cylindre à



aiguilles parcouru par un courant faradique), **marteau de Mayor** (boule d'acier trempée dans l'eau à **65°** pour rubéfaction, à **80°** pour vésication, à **100°** pour excoriation). Dans les syncopes, l'asphyxie et le collapsus, ce procédé fait merveille.

Les **vaporisations** sont utilisées dans le croup, et la laryngite striduleuse. **Segard** obtient des insufflations d'air chaud avec un séchoir électrique du commerce, muni d'un embout de 5 cm de long (diphtérie). Il est prudent de vaseliner les lèvres du patient. Le jet d'air chaud est dirigé vers les fossettes sus-amygdaliennes (bacilles) après réglage de la température à 50° environ. Le procédé peut être employé contre les sinusites, bronchites, asthmes, rhumes, rhinites, angines, en réduisant à 40°. Les **vapeurs très chaudes** sont conseillées dans les affections de l'utérus (après avortement) carcinome, hémorragies, pertes fétides, etc... **Snégirjow**, **Pincus**, **Duhrssen** signalent des guérisons de fistules. **Libersohm** préconise encore la vapeur sur l'eczéma, l'acné, les lupus, les ulcères variqueux, les escharres, etc...

**Les essences rubéfiantes**, les plus utilisées, sont celles de térébenthine (50 grammes d'essence pour 10 grammes d'huile). Les compresses à base de ce mélange sont très énergiques (cloques après 20 minutes). Le **Docteur Peyro** fait un emplâtre avec propolis (1 tasse), et d'essence (1 cuillerée à café). Le mastic est étalé sur calicot muni de trous ; et l'emplâtre est mis **aux endroits les plus douloureux des rhumatismes**, névralgies, sciatiques, etc...

**Les essences de serpolet et de thym** sont des révulsifs doux, **vaso-dilatateurs des capillaires.**

**Les sinapismes** (cataplasme et bains) sont des révulsifs à base de farine de moutarde noire. On prépare le cataplasme rubéfiant avec 250 grammes de farine délayée à l'eau tiède pour obtenir une pâte qu'on dispose sur une compresse. Le tout est appliqué sur la peau, à nu, pendant 15 à 20 minutes. La douleur indique le moment où l'action vésicante commence à devenir **excoriante.** A défaut de moutarde, on peut utiliser des gousses d'ail écrasées. Le sinapisme du commerce est le fameux **Rigollot.** Les **vésicants** sont ceux qui déterminent des cloques (Ce sont les mêmes, maintenus plus longtemps). Les révulsions par les sinapismes sont intenses et rapides. Celles déclenchées par les vésicatoires sont beaucoup plus lentes. De là, leurs indications. **Les sinapismes vésicants sont conseillés dans les états aigus,** qui exigent des actions rapides. Dans les laryngites, les bronchites, les pneumonies, les effets sont toujours remarquables. Dans la tuberculose plumonaire, avec fièvre et dyspnée, les sinapismes rendent encore de grands services, ainsi que dans les congestions cérébrales.

Les **bains sinapisés** se préparent en délayant de 600 à 1.000

grammes de farine dans un peu d'eau, puis en mélangeant cette préparation à l'eau à 35° du bain. Une cuisson très vive, avec frisson, indique que le malade doit sortir **(Trousseau et Pidoux)**. **Pédiluves et manuluves sinapisés** sont des bains sinapisés locaux de pieds et d'avant-bras.

Dans les amygdalites, les angines, on conseille **le gargarisme sinapisé** (1 cuillerée à café de farine pour 1 verre d'eau à 35°). En saupoudrant l'intérieur des chaussettes de farine sèche, il se dégage, avec l'humidité de la peau, une action révulsive douce qui est favorable aux migraineux A conseiller à ceux qui ont froid aux pieds, aux écoliers en hiver, etc...

### 3° LES FIEVRES

Elles sollicitent pirncipalement la couche basale épidermique, et les glandes sudoripares lorsqu'elles se terminent par des sueurs. Souvent l'épiderme se couvre de plaques rouges et de boutons (fièvres éruptives). La fièvre affole le malade ; et la première chose qu'on demande est de l'enrayer. Les quelques 150 antipyrétiques connus s'y emploient au mieux. Mais les classiques eux-mêmes finissent par avouer que cette répression aveugle n'est pas toujours conforme aux intérêts du malade. Le phénomène de la fièvre est complexe, mais sa signification pour le naturopathe est nette : **c'est une défense par combustion intense des surcharges au niveau de la couche basale.** Respecter la fièvre est un grand principe en médecine naturelle. La provoquer artificiellement en est le corollaire. L'observation du malade prouve que la fièvre est bien la manifestation d'une crise de nettoyage, d'un organisme en bonne vitalité. Les êtres jeunes réagissent vite à leur encrassement humoral. Les malades graves et usés (cancéreux) ne font jamais de fièvre (par défaillance de leurs défenses). Ainsi, la fièvre est un **miroir** ; et loin d'être un signe de gravité, elle mesure la vitalité. Imitant la nature, les médecins ont essayé, souvent avec succès, des thérapeutiques par la fièvre ou « **pyrétothérapies** ». La **Protéinothérapie** consiste à réaliser la poussée fiévreuse par des injections protéiniques (lait, peptones, vaccins, sérums, et même microbes). L'organisme s'efforce d'expulser les albumines étrangères, introduites en fraude dans le circuit sanguin. A la faveur de cet effort d'élimination, une épuration humorale plus complète peut s'amorcer et la guérison se produire. La méthode reste néanmoins, relativement dangereuse.

La **méthode par le lait** (galactothérapie) consiste à injecter dans la fesse 10 cm3 de lait écrémé et bouilli 20 minutes. Elle peut être utilisée dans les rhumatismes et nombreuses maladies aiguës (broncho-pneumonie, péritonite, orchite, salpingite, etc..) Les peptones sont celles de **Witte**. Les **sérums** peuvent servir tous



sans distinction d'origine. N'importe quel sang de convalescent, et même celui d'une personne saine peut être utilisé. Tous déterminent le choc « colloidoclasique », générateur de fièvre et d'élimination. Le **Docteur Ropars** nous a cité le cas de guérison de diphtérie au moyen de sérum antitétanique. L'action des « anticorps » est hypothétique, **la guérison s'obtient pas la mise en jeu des défenses éliminatrices.**

Les **vaccins** employés sont le « triple » (antidiphtérique, antitétanique, antityphoïdique (D.T. — T.A.B.), le vaccin antigonococcique, et l'antichancrelleux (par voie intra-veineuse). Le vaccin de **Delbet** (propidon) est encore utilisé. Les frissons apparaissent en 30 minutes, la fièvre monte à 40°, et dure 2 à 3 heures. On renouvelle l'opération 3 fois par semaine, et doublant les doses, pendant 15 jours.

Cette pratique est assez courante pour traiter l'asthme, les blennoragies, la paralysie générale, etc..., surtout lorsque **les sulfamides et les antibiotiques se révèlent sans action sur une flore microbienne devenue résistante.**

Cependant, elle exige des précautions pour éviter des **accidents**, portant sur des vieilles lésions, par exemple. Des infections sont également possibles, chez des sujets présentant des insuffisances cardiaques, reinales et pulmonaires, autrement dit dont **les défenses sont déficientes.** La même critique doit être formulée à l'adresse de **la malariathérapie** (injection de sang de paludéen), et des autres méthodes semblables (fièvre récurrente, sodoka, etc...).. **On compte 10 % d'accidents graves pouvant entraîner la mort.** Personnellement, nous préférons **la pyrothérapie,** réalisée par des agents physiques **(ondes courtes** ou mieux encore **vapeurs chaudes,** sèches ou humides). Les courants électriques de haute fréquence **(Darsonvalisation)** sont utilisés dans les affections articulaires. **La Diathermie,** qui détermine dans l'épaisseur des tissus, un phénomène important d'échauffement, est fort utile dans les affections gynécologiques.

## B) Procédés par exsudation

Ils tendent à provoquer **des sueurs, des éruptions** (urticàtion, etc...) et l'apparition de **sérosités** (vésicatoires, etc...).

### 1° LES SUEURS

Tous les procédés par congestion (caloriques, révulsifs et fièvres) peuvent aboutir à des phénomènes de sudation, lorsqu'ils sont rendus intenses mais la pyrothérapie par les vapeurs reste la meilleure méthode. Elle fait l'objet d'une étude spéciale en fin de ce livre.

Ce sont des excrétions lésionnelles à la suite de révulsions violentes. L'**urtication** était, jadis, utilisée dans le coma, la paralysie, les ankyloses, les douleurs, les règles difficiles (faces internes des cuisses). On frottait le corps avec des orties d'ou urtication. Le **Docteur Blotin** avait imaginé un mélange de poil à gratter et de graisse (0,50 de poils pour 30 grammes d'axonge). Le curé **Kneipp** conseillait son « huile excrétive » (1/3 d'huile de croton, 2/3 d'essence de laurier). Après avoir piqué la peau avec une aiguille en 30 ou 40 points, on étendait l'embrocation qui provoquait rapidement une exsudation.

**L'huile de Chaulmoogra** et **l'huile de cupsicum** (pigment) sont encore indiquées. **L'huile de croton « iodée »** (3 gouttes d'huile de croton, pour 10 grammes de teinture d'iode) est, sans aucun doute, un révulsif vésiculant des plus pratiques. En procédant par petites surfaces d'imprégnation, on ne risque pas d'étalement inflammatoire. Dans la paralysie de Parkinson, la sclérose en plaque, la paralysie générale, les lésions diverses de l'écorce cérébrale, ce procédé est supérieur aux vésicatoires. **L'onguent vert du Docteur Jetei** devait être notre « huile iodée ». La « **Baunscheidthérapie** » (ou thérapeutique par piqûres d'abeilles du forgeron guérisseur Baunscheidt) relève du même principe. Cet empirique, très intelligent, s'étant vite rendu compte que l'action propre du venin était illusoire, et qu'il fallait surtout provoquer une exsudation éliminatrice, remplaça les abeilles par un rouleau muni d'aiguilles, et une embrocation à base de croton. Le **Docteur Schaudenstein** continua cette méthode, et en 1923, le **Professeur Boinet** présenta un lépreux tuberculeux, guéri par 2.000 piqûres d'abeilles vivantes (cure de 4 mois). **Kroner, Lintz** et **Tyndall**, démontrèrent par des injections de venin, que les guérisons se réalisaient uniquement **lorsque des suppurations massives se produisaient.** En Russie, le **Docteur Chalega**, avec sa **pommade** (phorapine) traite avec succès algies, lumbagos, etc... Le **Docteur Celenkin** étend le procédé aux ulcères et à certains cancers. Le venin d'abeilles, répétons-le, n'est pas l'agent indispensable. Les **Docteurs Lhermitte, Betourné** et **Porsin**, et autres modernes, ne semblent pas avoir bien compris cela. Ils préconisent des « solutions désalbuminées » de venin **pour éviter les réactions cutanées** (qu'ils considèrent comme dangereuses). Ils s'en tiennent à la notion chimique du pouvoir **anti-infectieux** du venin, très discutable en soi.

**Le principe guérisseur est dans l'élimination, et non dans une action chimique mystérieuse.** C'est toujours le même fossé qui sépare allopathes et naturopathes.





Lorsque les irritations cutanées sont très énergiques, il se forme des cloques qui crèvent et laissent échapper un liquide plus ou moins épais (dit « séreux »). Le **sinapisme** peut provoquer la vésication ; mais **le vésicatoire** est le moyen par excellence. **Asclépiade, Galien, les Arabes, l'Ecole de Salerne, Paré, Bœrhave, Sydenham** en vantèrent les bienfaits. En 1699, **Boglivi** en fit l'apologie. **Broussais** se disputa avec **Laennec, à son sujet**, et le **Docteur Maurel** révéla le phénomène d'hyperleucocytose, des plus utiles, déclenché par la vésication. Ce fait favorable sauva le vésicatoire, au moment où sombra pour un temps la théorie humorale.

Le **vésicatoire** est un emplâtre à base de cantharide (poudre obtenue en écrasant un insecte séché). La composition est la suivante : **résine** 100 grammes, **huile d'olives** 40 grammes, **onguent basilicum** 300 grammes, **cire jaune** 400 grammes, **poudre de cantharide** 420 grammes (d'après le Codex). L'emplâtre, légèrement chauffé, est mis en contact avec la peau pendant 2 heures pour les enfants, **et 8 heures pour les adultes.** On retire l'emplâtre sans déchirer la peau ; et à l'aide d'un cataplasme ordinaire, on facilite le développement de la **bulle** qui se forme lentement. Cette méthode, douce, est préférable à celle qui consiste à maintenir le vésicatoire en place jusqu'à la formation complète de la cloque. Le danger est que le vésicatoire, dépassant la mesure, peut produire un **escharre.** Les débris d'emplâtre étant enlevé, on panse d'une manière différente suivant qu'on veut obtenir un « volant » ou un « permanent ». Pour le « volant », on ouvre la bulle au point déclive, et on recouvre de gaze et de coton hydrophile. En 3 ou 4 jours, la plaie est guérie. Le « permanent » entretient les sérosités. On arrache la pellicule de la bulle, et on panse avec de l'onguent basilicum ; puis le lendemain on excite à nouveau avec de la pommade à base de moutarde. **Cependant les applications trop prolongés peuvent aboutir à des ulcérations dangereuses.** Il est préférable de répéter des « volants » tout autour de la région à traiter. D'autre part, la cantharidine étant un poison, éliminé par les reins, il peut se produire des mictions fréquentes, **avec urines albumineuses et sanguinolentes. Raspail** conseillait de saupoudrer de **camphre** le vésicatoire pour prévenir ces accidents. Le bicarbonate de soude, et la tisane de graines de lin neutralisent, également le poison. Dans les tuberculoses lentes et congestives, les péricardites aiguës et chroniques, les endocardites rhumatismales, les névralgies rebelles, les affections cérébro-spinales, l'épilepsie, la méningite, l'hydrocéphalie, les maladies de la moelle, certaines cécités, le **vésicatoire** est une thérapeutique qui permet des améliorations spectaculaires.

Dans les maladies nerveuses, les applications se font sur le crâne rasé, la nuque et le long de la colonne de chaque côté de l'axe osseux. Une variante de vésicatoire est la **« mouche de Milan »**, qui est utilisée dans la pneumonie et la pleurésie des enfants, et sur les points des névralgies des adultes.

**Le vésicatoire à l'ammoniaque** se prépare en versant 10 gouttes de ce liquide dans un verre de montre qu'on recouvre d'une rondelle de flanelle, et qu'on renverse sur la peau. **Brettonneau** mettait de l'ouate dans un dé, l'imbibait de liquide et retournait le tout sur la peau.

**Le vésicatoire à la pâte d'ammoniaque** se compose du liquide (2), d'axonge (1) et de suif (1). On étale cette pâte sur la peau, en circonscrivant l'application par un cercle de diachylon pour empêcher la diffusion aux régions voisines. Le pansement se fait, ensuite, à la vaseline boriquée.

On peut obtenir des actions vésicantes par d'autres moyens, et notamment par l'emploi de plantes **(Bou-Nnefa** des Arabes, **Derias, Thapsia). La racine de Thapsia** est mouillée et appliquée tout simplement sur la peau. **Hippocrate** connaissait cette racine; et tous nos guérisseurs de campagne savent s'en servir. La vésication est intense et les sérosités abondantes. On note trois états qui se succèdent, au cours de l'application : un **picottement** qui devient de plus en plus pénible, **une violente démangeaison**, et une **éruption bulbeuse** qui soulage immédiatement.

**Le séton** est encore un autre procédé. On prend un fil double qu'on place à la naissance du pectoral ou du deltoïde, à la face interne de la cuisse, ou encore à la nuque (otites, ophtalmies, céphalgies). On effectue un petit mouvement de glissement chaque jour, et on graisse à nouveau le fil avec de la pommade épispastique. On peut de cette façon entretenir la suppuration plusieurs jours. Les vétérinaires obtiennent des résultats excellents et renonceraient difficilement au procédé.

Le pape **Léon X** fut guéri au moyen d'un **pois chiche** qui entretenait une suppuration bienfaisante.

**MESURE DE LA VITALITÉ**

**(EPREUVE DU VESICATOIRE)**

**CHEZ L'HOMME, EN BONNE SANTE, LES SEROSITES QUI S'ECOULENT DES BULLES CONTIENNENT DES POLYNUCLEAIRES ŒSINOPHILES. CHEZ LE MALADE, CES CELLULES SONT ABSENTES ; ET ELLES REAPPARAISSENT A MESURE QUE LA GUERISSON PROGRESSE.**



# C) Procédés par excorisation

Ils visent à dépasser la simple cloque pour provoquer l'apparition d'escharres et de plaies. Ces procédés sont ceux des **brûlures**, des **abcès** et des **saignées.**

## 1° LES BRULURES

Le **fer rouge** est cité par **Hippocrate ;** et les Arabes et les vieux médecins le tenaient en grande estime. **En 1790**, le **Docteur Perey** écrivit un livre sur la **« Pyrotechnique chirurgicale » ;** et vers **1900**, le **Docteur Poquelin** inventa le **« Thermo-cautère »**, qui est à l'origine du « Galvano-cautère » fonctionnant à l'électricité. Ces appareils permettent une application plus aisée de l'**excoriation ignée** (pointes de feu), qui est toujours utilisée dans les névralgies, les sciatiques, les douleurs intercostales, sur le trajet des nerfs malades, et les points cutanés. Dans les myélites, on cautérise de part et d'autre, de la colonne vertébrale. L'**excoriation ignée** est encore conseillée dans les arthrites chroniques et sèches, dans les hydarthroses, dans les douleurs rhumatismales sourdes, dans les pleurésies séro-fibreuses (les épanchements étant résorbés) dans les pleurésies sèches, les grippes prolongées, et les tuberculoses refroidies.

Le **mal de Pot** relève de cette thérapeutique. **Dupeyroux** brûlait le thorax de ses patients. **Cuveillier** cautérisait à distance avec des charbons ardents. **En Chine**, une vieille médecine qui remonte à plus de 20.000 ans (celle des **Moxas**), consiste à faire brûler des feuilles d'armoise (roulées en cylindre), sur la peau.

L'appareil moderne a « humanisé » la thérapeutique au fer rouge. **La cautérisation excoriante** peut être « ponctuée » ou « rayée ». La **ponctuée** se fait par touches rapides (points) ; la **rayée** (ou transcurrente) est plus énergique et s'effectue en suivant des raies dessinées au préalable. On passe plusieurs fois le cautère sur les raies jusqu'à ce que l'**escharre** prenne une teinte jaune doré et laisse suinter les sérosités.

## 2° LES ABCES

Les plus simples sont **les ulcères artificiels**, réalisés avec la « pierre à cautère » ou la «poudre de Vienne ».

La **pierre à cautère** est une pastille sèche de potasse caustique ; la **poudre de Vienne** est un mélange de potasse et de chaux vive.

L'**abcès de fixation**, imaginé par le **Docteur Fochier**, se fait à la face externe de la cuisse, au moyen d'une injection sous-cutanée de **2 cm3 de térébenthine**.

Cet **abcès** peut être fait chez de jeunes enfants. Dans les 6 premiers mois : la dose est de 1 tiers de cm³. L'injection est indolore, mais à mesure que l'abcès se forme la douleur prend naissance et devient très vive. On calme avec des compresses humides et chaudes. Il faut laisser mûrir l'abcès **5 ou 6 jours**, puis inciser légèrement pour n'avoir qu'un écoulement modéré, et laisser **l'action leucothérapique** et de **drainage s'effectuer à fond.**

Lorsque l'**abcès** ne se produit pas, les défenses sont nulles et le pronostic doit être réservé.

Au début le **Docteur Fochier** réservait sa méthode aux seuls cas d'infection puerpérale mais elle fut vite étendue **à toutes les formes de septicémies.**

Dans les broncho-pneumonies graves, les cérébrospinales rebelles au sérum, le grand mal asthmatique, les encéphalites léthargiques **(Docteur Nettu)**, certaines typhoïdes, certains typhus graves, etc... **l'abcès de fixation reste la meilleure thérapeutique.** Le tuberculeux pulmonaire, l'urémique, le diabétique, le rachitique et l'oedémateux s'en accommodent très mal.

Le **vaccin Marbais** n'est pas un vaccin, mais un abcès froid de fixation, par rapport à celui de **Fochier** qui est un abcès chaud. **Marbais** croyait avoir trouvé un vaccin contre la tuberculose. Il ne faisait que « drainer » ses tuberculeux. Il étendit d'ailleurs sa méthode à beaucoup d'autres maladies, notamment le rhumatisme et l'asthme. Les tuberculeux, présentant des accidents cutanés, se trouvent vite améliorés. Créer artificiellement des maladies de peau tenaces chez ces malades est une thérapeutique logique. **Le pseudo-vaccin Marbais** est injecté en intra-dermique, en 3 points, au bas de la colonne vertébrale. Si tout se passe bien, il se forme alors de gros furoncles qui laissent échapper des mèches de pus, pendant plusieurs semaines. L'avantage de cet **abcès froid** sur le chaud est qu'il n'est pas pénible, et peut s'appliquer même dans les états aigus.

## 3° LES SAIGNEES

Les procédés qui permettent l'écoulement du sang, au niveau de la peau sont les **ventouses scarifiées**, les **sangsues** et les **saignées** proprement dites.

Les **ventouses** sont des verres qui, renversés sur la peau (après avoir chauffé l'intérieur) produisent une aspiration. Cette région est alors **scarifiée** avec une lame ; et la ventouse replacée au même endroit. Il se produit une lente et abondante aspiration de sang (30 grammes environ par ventouse). Les grandes indications sont les congestions pulmonaires, les péricardites, les congestions hépatiques et rénales.



Les **sangsues** sont, encore, plus abandonnées que les ventouses. Rares sont les pharmaciens qui peuvent encore en procurer.

La **saignée** par la ventouse scarifiée (saignée de remplacement) est uniquement décongestionnante ; alors que celle réalisée par la sangsue (**hirudinothérapie**) est plus lente, plus sûre, plus modificatrice des humeurs par l'**hirudine**, principe anticoagulant et anti-infectieux, contenu dans les glandes de la tête de la sangsue. Il s'ensuit toujours une petite hémorragie après la morsure. On compte une perte de 50 grammes de sang par sangsue.

La peau est lavée, puis légèrement enduite d'eau sucrée. La sangsue, placée dans un verre à liqueur (ou applicateur de **Chambron**) renversé sur la peau, prend facilement. La sangsue tombe d'elle-même après avoir absorbé sa ration. Si l'on veut arrêter la succion, il suffit de la saupoudrer de sel de cuisine. **L'hémorragie, qui suit, peut être entretenue avec de l'eau tiède, soit arrêtée avec un tampon d'eau oxygénée.** Pour éviter que la sangsue ne pénètre accidentellement dans un orifice naturel, il convient de le garnir de coton (anus, oreille, vagin, etc... suivant la proximité de la succion).

Les indications sont multiples : péricardites aiguës, myélites aiguës, pneumonies, œdèmes laryngés, congestions, luxations, arthrite, rhumatismes, hypertension, céphalées, vertiges, phlébites, glaucome, iritis, etc... Les seules contre-indications seraient l'état de grande faiblesse, d'hypotension, ou d'anémie tuberculeuse.

Les lieux habituels d'application sont le périnée (hémorroïdes), le trangle de Petit (néphrites), derrière les oreilles (congestions), face interne des cuisses (phlébites), et les points douloureux des rhumatismes (points de **G. Knapp**).

La nature se défend par l'hémorragie spontanée, la saignée est une hémorragie provoquée. Saigner dans une maladie est une thérapie imitée de la nature, et qui va dans le sens voulu des défenses. On saigne le plus souvent à la veine céphalique (pli du coude), ou à la saphène interne (face interne de la malléole). La syncope ne s'observe que chez les grands nerveux (facteur émotionnel).

Les indications sont par ordre d'importance : **les œdèmes aigus du poumon** (la saignée doit être précoce, copieuse et répétée), **l'urémie** (sous toutes ses formes), **l'éclampsie puerpérale, l'intoxication par oxyde de carbone, le coup de chaleur, la néphrite aiguë** (avec anurie), et **les dilatations cardiaques droites** (aiguës ou chroniques). Dans l'**hypertension artérielle**, les résultats, sont, également, excellents. Les contre-indications sont toujours les états d'hypotension, de grandes faiblesses (cachexie, vieillesse) ou de maladies spéciales (hémophilie).

« Les médecins de jadis, écrit le **Docteur Aschner**, savaient

qu'à partir de 50 ans, le sang devient plus lourd, plus épais, se coagule et acquiert une tendance à former des thrombus. C'est la raison pour laquelle les maladies de cœur et des vaisseaux augmentent chez les personnes âgées. La cure systématique consiste surtout en **régime**, **hydrothérapie**, et en **saignées** ou pose de sangsues ou de ventouses scarifiées. Les vétérinaires savent bien que si l'on veut prévenir les thromboses, les hémorragies internes, et les paralysies, il faut saigner les animaux dès que ceux-ci atteignent un certain âge.

**Sydenham** affirmait que le traitement de la fièvre rhumatismale aiguë doit toujours commencer par une bonne saignée. **Hufeland** prétendait la même chose ; et à notre époque, le **Docteur Levine** a confirmé la valeur de la saignée dans les défaillances par congestion du cœur.

Le **Docteur E. Libmann** déclare : « Il faut savoir appliquer la méthode de dérivation et d'élimination, avoir recours aux transpirations, aux révulsifs, aux vésicatoires, aux ulcères provoqués, aux ventouses, aux sangsues et aux saignées ; **actuellement, seule une minorité médicale comprend que la peau est l'organe de purification par excellence** ».

Le **Docteur Aschner** prétend que si **Louis XIV** vécut jusqu'à un âge avancé, en dépit d'une vie dissolue, il le doit aux nombreuses saignées que lui fit son médecin. En **1934**, le **Docteur Delvaux** (du Luxembourg) se trouva devant un malade (opéré d'une appendicite) faisant brusquement une embolie pulmonaire. Le pouls était mauvais, le malade semblait perdu. Le praticien, se souvenant d'un livre curieux sur « **la saignée** » fit l'intervention, et le malade condamné revint à la vie.

**EN CONCLUSION, DE MEME QUE NOUS POUVONS, PAR DES TRAVAUX DE DRAINAGE, AMELIORER UN TERRAIN MARECAGEUX ET MODIFIER L'ASPECT DE LA FAUNE ET DE LA FLORE DE CE TERRAIN, DE MEME NOUS POUVONS PAR DES METHODES DE DRAINAGE ORGANIQUE AMELIORER ET MODIFIER L'ETAT DES HUMEURS, ET LE COMPORTEMENT PHYSIOLOGIQUE DES TISSUS ET DES ORGANES.**

**LA PEAU REPRESENTE UN DES EMONCTOIRES LES PLUS IMPORTANTS, ET LES METHODES QUI VIENNENT STIMULER SES FONCTIONS ELIMINATRICES SONT, COMME NOUS AVONS VU, VARIEES ET EFFICACES, DEPUIS LES SIMPLES ECHAUFFEMENTS JUSQU'AUX PROFONDS ESCHARRES ET AUX SAIGNEES.**

**L'ESSENCE DE LA DOCTRINE HUMORALE EST L'ELIMINATION SYSTEMATIQUE DES SUBTANCES MORBIDES.**



Ce ne sont pas **les sueurs** qui sont à craindre. Elles n'affaibliront pas le malade; **bien au contraire, elles le sauvent, en épurant ses humeurs.**

## CHAPITRE TROISIÈME

# Les cures de sudation

***La désintoxication par la sueur, forme la plus naturelle de l'élimination cutanée***

## A) Procédés par les Exercices

## B) Procédés par les Bains

## C) Procédés par les Vapeurs

**Le danger, après la sudation, est le risque de** refroidissement; mais on l'évite en enveloppant le malade de linges secs, **renouvelés,** jusqu'au retour au calme.

La désintoxication par la stimulation des glandes sudoripares est, sans aucun doute, la forme la plus habituelle, la plus normale de l'élimination. C'est cette forme que nous voyons s'exercer visiblement sur nous, et que nous pouvons solliciter à volonté. La sudation peut se réaliser facilement par divers procédés : les **exercices**, les **bains** et les **vapeurs**.

## (A Procédés par les Exercices

Chacun sait qu'au cours d'une marche soutenue ou d'un exercice prolongé, le corps se met à transpirer plus ou moins abondamment. L'effort musculaire, modéré mais continu, s'accompagne toujours d'un phénomène de sudation. Nous disons : **un effort modéré,** parce qu'une activité musculaire trop intense fatigue vite l'appareil cardio-pulmonaire et ne permet pas l'échauffement du corps, prélude des sueurs. **Les conditions qui favorisent l'apparition de la transpiration abondante sont, donc, des mouvements intéressant de préférence de grosses masses musculaires (cuisses) ou l'ensemble de la musculature, et se répétant suivant un rythme moyen mais soutenu.**

De plus la température extérieure doit être douce, à **défaut, un habillement chaud de lainages,** sous forme de collant et pull-over, est indispensable.

Le « **footing** » (c'est-à-dire la course au pas de gymnastique) ou la **bicyclette** permettent de réaliser de bonnes séances, en plein air, et même en hiver, lorsque le corps est bien couvert. Ceux qui peuvent chaque jour, avant ou après leur travail, faire 30 minutes, environ, **de course au trot** dans les campagnes et les bois, ou de **pédalage** sur une route déserte, et **qui arrivent chez eux le corps en sueur pour prendre une bonne douche,** s'immunisent contre toutes les maladies et se préparent une longue vie, exempte des tares chroniques habituelles et des vieillessements prématurés.

Mais il est certain qu'une telle discipline n'est pas à la portée de tout le monde. Il faut habiter à la campagne, et disposer de loisirs. En salle le « home-trainer » (bicyclette sur rouleau) est un moyen de compensation qui, sans avoir la valeur du grand air, reste, malgré tout, un procédé efficace pour réaliser rapidement et quotidiennement de bonnes séances de sudation. **La culture physique aux poids moyen, la médecine-ball, la boxe au sac de sable** sont encore des méthodes fort valables, faciles à pratiquer chez soi et d'une technique assez simple.

Cependant, la meilleure méthode, à notre sens, semble être le **pédalage sur vélo fixe** (home-trainer), parce que la position facilite l'effort continu des grosses masses musculaires.



Le corps, par cet exercice, se couvre vite de sueurs abondantes. Le réglage, d'autre part, est extrêmement facile à faire en fonction des aptitudes individuelles (accélération, ralentissement, durée générale, etc...). Les femmes et les enfants s'adonnent, même de bon cœur à cet exercice. Le corps bien couvert, ou mieux **l'appareil à pédaler placé au centre d'une caisse de lampes infra-rouges** (la tête du sujet étant dégagée) sont des conditions à observer. L'installation de chauffage électrique est peu coûteuse à réaliser, et **elle permet de suer en combinant l'exercice et la chaleur.** Ceci est très important. En effet, les jeunes et les sujets vigoureux, bien couverts, peuvent, seuls, arriver avec aisance et sans fatigue excessive à des transpirations suffisantes ; les autres, la majorité des personnes plus âgées, fatiguées ou malades ne sont pas capables, avec leurs propres forces, d'atteindre au résultat désiré. **La chaleur des lampes vient alors aider à l'échauffement du corps,** le travail physique n'est pas complètement abandonné. Nous savons, en effet, que **la sueur, éliminée en cours d'exercice, est beaucoup plus toxique** que celle provoquée par les bains ou les vapeurs dans le repos complet. Les éliminations, de ce fait, se réalisent plus conformément à la physiologie. Le malheur est que les sujets à partir d'un certain âge, même bien-portants, se refusent à ce genre d'entraînement par une sorte de paresse physique inexplicable mais bien difficile à vaincre. Néanmoins, nous avons exposé cette méthode dans l'intérêt de ceux qui peuvent et veulent en user. Pour les autres, nous conseillons les cures de sudation par les deux autres procédés.

## B) Procédés par les Bains

**La méthode par les bains chauds** (supercaloriques ou hyperthermiques) **convient à tous, sans distinction.** Elle consiste à prendre des bains complets d'eau chaude à plus de 40°. Les séances, qui durent de 20 à 30 minutes, commencent à 37°, puis progressivement la température est élevée jusqu'à 40° et même au-delà 43, 44 et 45°. Les Japonais (grands partisans de ces bains très chauds) atteignent, dit-on, 50°.

Après le bain, le sujet regagne son lit, où, sous des couvertures sèches, il **sue abondamment.** Le repos doit être de 1 heure, environ. Ce genre de bain se donne, de préférence, le soir avant d'aller au lit. Il peut être donné, sans crainte, après un repas léger.

Personnellement, nous prenons des bains à 45°, presque chaque jour en hiver ; **et en cas de grippe,** il nous est arrivé d'en prendre deux par jour (matin et soir). On s'habitue très vite, et le cœur ne se fatigue pas, malgré tout ce qui peut se dire à

ce sujet. Les accidents qui arrivent, parfois, viennent du **sommeil** qui peut gagner brusquement le baigneur, lequel, risque alors de glisser dans la baignoire et de se noyer.

Au sortir de l'eau, la tête tourne quelquefois, parce que tout le sang est à la périphérie. Aussitôt, étendu, le sujet retrouve ses esprits. Le cœur n'est point en cause. Les cardiaques peuvent, donc, prendre des bains chauds, vaso-dilatateurs. Ils s'en trouveront, bien comme toutes les autres malades ; mais il est indispensable, nous le répétons, **de régler les applications en fonction des dispositions individuelles**, et des résistances. **La progression doit, aussi, être observée très minutieusement.** Et là, comme ailleurs, il ne faut point vouloir battre des records. Ce qui compte, c'est obtenir une bonne agitation sanguine, échauffante, et s'achevant comme au cours d'une fièvre **par une abondante sudation.** Le professeur **Walinsky**, de **Berlin**, le premier dans les temps modernes, a expliqué à l'occasion **de sa thèse en agrégation en 1925**, comment l'organisme réagit spontanément contre les substances morbides qui l'empoisonnent, en activant ses défenses **par la fièvre.** La chaleur, et l'eau très chaude, pour qui sait s'en servir, réalise à bon compte une fièvre artificielle, aboutissant aux mêmes résultats : **l'élimination par les sueurs.**

Notre ami, le **Docteur A. Salmanoff** (ancien médecin de **Lénine**) a basé toute sa thérapeutique sur les bains chauds. Supprimant 90 % des médicaments, il stimule, par ce moyen l'activité des capillaires, qui s'étirent, prolifèrent dans les tissus chauffés. Dans son livre **« Secrets et Sagesse du Corps »**, le **Docteur Salmanoff** démontre que le médecin doit être avant tout un « plombier », et que la santé est une affaire d'irrigation des cellules. « J'estime, dit-il, qu'il n'y a pas de maladies locales, de maladies des organes. **C'est toujours l'homme total qui est malade.** L'homme, c'est d'abord 200 hectares de surface colloïdales à irriguer, dont 140 sont arrosés par des liquides extra et intra cellulaires ». C'est une médecine de l'homme total qu'il faut réaliser, et une médecine en profondeur par la circulation sanguine améliorée, le développement maximum des capillaires, et l'activité accrue des fibres organiques que sont les reins et la peau. « Ce sont les bains hyperthermiques qui constituent la méthode, la plus puissante, et la plus efficace, qu'il s'agisse d'une septicémie, ou d'une artérite, d'un diabète, d'un glaucome, ou d'un rhumatisme chronique ou bien de toute autre maladie. On me dira : « Comment pouvez vous garder la prétention d'améliorer et même de guérir des manifestations morbides tellement différentes ? **Comment osez-vous recommander une médication universelle** ? Ma réponse : **le drame de chaque agression morbide est conditionné par l'accumulation de substances nocives que l'organisme est incapable de désagréger, de brûler, et de rejeter.** La fièvre artificielle désagrégera les métabolites toxiques, et réduira les grosses molécules qui seront éliminés plus facilement **par la peau.** On brûle dans les jardins les feuilles mortes, on brûle dans les villages les ordures ; **les bains hyperthermiques brûlent les poussières organiques, balayent les routes de communication, expulsent les déchets, et purifient les humeurs ».**

**La capillarothérapie du Docteur Salmanoff** repose sur l'important ouvrage de **A. Krogh, Prix Nobel** (Anatomie et Physiologie des Capillaires), et sur les expériences balnéothérapiques de **Winternitz**, de **Schweinninger** et de **Walinsky.** Ses disciples actuels, les **Docteurs R. Poizat** et **Sananès** continuent la méthode.

Le **Docteur Zabel**, utilisant également le même procédé physiologique, lutte avec succès contre de nombreuses maladies incurables, et notamment le **cancer.** Poursuivant les travaux de **Maria Schlenz**, du **Professeur Goetze** et du **Docteur Lampert**, le **Docteur Zabel** insiste beaucoup sur la durée du bain (1 heure à 39°), sur **le brossage de la peau**, **et l'enveloppement sudatif, qui suit le bain.**

Au **Japon, à la station thermale de Kusatu,** on guérissait jadis les **lépreux** par des bains successifs à haute température : aux **Etats-Unis,** avant la découverte des anti-biotiques, **la syphilis était ainsi traitée, et avec succès.**

Les bains chauds, donnés régulièrement, et avec progression sont, donc, excellents pour la plupart des maladies, en provoquant une meilleure irrigation des tissus et une importante élimination au niveau **de la peau.** Ils n'affaiblissent pas ; et le cœur n'en souffre pas, bien au contraire.

Le seul inconvénient est peut-être la longueur même de l'application qui exige, avec les soins annexes et le repos, **une durée de 2 heures.** Le bain de sudation que nous allons maintenant, étudier permet de réduire considérablement le temps de l'application hyperthermique.

# C) Procédés par les Vapeurs

Le **bain de sudation** (au sauna) a pour but de provoquer, directement, sans **bain d'eau préalable**, une abondante transpiration par l'action directe de vapeurs sur le corps.

Une cabine **de sauna** se compose d'une sorte de gradin en claies de bois de pin du nord qui ne garde pas la chaleur. Les murs sont faits d'une autre sorte de bois, dont les saines émanations résineuses agissent favorablement sur les voies respiratoi-

res. Au centre de la pièce, un énorme poêle chauffe au blanc d'énormes galets, sur lesquels on verse de temps en temps de l'eau, dont les vapeurs se répandent dans la pièce. Les premiers gradins ont une température de 60° ; et à chaque marche la température s'élève de quelques degrés. Au dernier étage règne une chaleur humide de 90°.

Une pièce voisine offre des lits de repos pour le retour au calme. Ce genre de bain est fort en honneur parmi les **paysans finlandais. Les Indiens d'Amérique du Nord** ont, aussi, des installations semblables, et **les Arabes** leurs fameux **« Hamams »**.

La méthode que nous préconisons, pour prendre le bain de sudation chez soi, s'inspire de ces installations, mais met la cure à la portée de tous **par la simplicité même de l'appareil qui permet de la réaliser.**

Cet appareil, que nous avons perfectionné et expérimenté en plus de 30 ans de pratique, est composé d'un générateur de chaleur (source **de vapeurs humides survaporisées, ou d'air sec surchauffé**, suivant les besoins).

Une lampe à alcool, une chaudière remplie d'eau et munie d'un serpentin de survaporisation, et un manchon protecteur, constituent l'ensemble du générateur.

Un peignoir en tissu monté sur un cadre en métal avec pieds, et un thermomètre qui se fixe au peignoir représentent l'ensemble des pièces du « bain » proprement dit.

La chaudière peut être enlevée afin que le **générateur distribue l'air sec** surchauffé. En effet, il y a intérêt à disposer d'un appareil permettant d'obtenir **air sec** ou **vapeurs humides.** L'air sec convient surtout dans les maladies aiguës, les états éruptifs, les fièvres ; la vapeur humide est indiquée, tout spécialement, dans les états chroniques, les maladies sans élimination, et refroidies.

**La sudation à l'air sec** est en général, très courte et les séances sont limitées. Les cures sont de l'ordre de 8 à 10 jours, à raison d'une séance de 5 à 10 minutes, de 1 à 3 fois par jour.

**La sudation à la vapeur humide** est une forme d'application qui permet, au contraire, les cures continues, prolongées des semaines et des mois, **sans aucun risque de déshydratation.** L'élimination se fait correctement, mais la vapeur survaporisée vient au contact de la peau **rehydrater** les tissus.

Tout bon appareil doit être constitué d'une enveloppe ou peignoir en tissu **perméable.** Nous disons bien : **tissu perméable** (et non imperméable comme on pourrait être tenté de croire). En effet, l'élimination de la sueur s'accompagne de celle de nombreux **gaz toxiques** et principes volatils de même nature. Ces gaz et ces principes volatils doivent pouvoir s'échapper de l'appareil ; sinon, dans le cas d'une enveloppe imperméable (en caoutchouc, par exemple), ils risquent d'être **réabsorbés** par les pores de la peau, largement ouverts, et **d'intoxiquer le sujet.** De nombreuses personnes se plaignent de malaises, d'envie de vomir, de migraines, etc... au cours de bain de sudation, il faut rechercher la cause **uniquement dans l'imperméabilité du peignoir** qui retient les gaz et principes volatils toxiques. Il suffit de rentrer dans une pièce où vient d'être donné un bain à **une personne toxémique** pour se rendre compte des éliminations gazeuses importantes qui se sont produites, **uniquement aux mauvaises odeurs qui règnent dans la pièce.** Ces odeurs, dans certaines maladies, sont franchement **intolérables.**

On comprend la nécessité de séparer la salle de bain de la salle de relaxation ou viendra se reposer le sujet après la séance de sudation.

Le bain se donne de différentes manières ,suivant les cas. Nous avons dit, plus haut, que **l'air sec**, convient aux maladies aiguës, et la **vapeur humide** aux maladies chroniques. Il faut ajouter que le bain s'achève encore par des pratiques variées suivant les réserves vitales du malade.

En principe, chez **un jeune**, au cours d'une maladie aiguë (fièvre éruptive par exemple), le bain sec doit être suivie d'une légère réfrigération, très rapide sur tout le corps avant d'aller au lit. Cette méthode accélère l'évolution de la maladie, et calme le malade. Une seconde poussée de sueur à lieu au lit.

Chez une **personne âgée**, sans chaleur, atteinte de rhumatismes par exemple, le bain humide doit être au contraire suivie immédiatement d'enveloppement sec au lit, sans **réfrigération.** L'écoulement de la sueur doit continuer avec abondance au cours du repos, et le sujet doit sombrer dans un sommeil profond de 30 à 40 minutes. Par la suite, à mesure des améliorations, et du retour des réactions normales, la réfrigération peut être appliquée sur ce malade, **mais toujours avec modération.** Dans tous les états bronchiteux, catarrhes des voies respiratoires, broncho-pneumonie, il faut faire éviter la réfrigération, et aller au lit bien couvert, **pour suer et dormir.** Dans toutes les maladies de peau, **eczéma, prurit**, etc... la réfrigération est, en général, très favorable.

La **cadence des bains** et quelquefois assez rapide. On compte **3 à 4 bains par jour** dans certains cas aigus (sinusite, grippe, etc...), mais ces bains sont courts. Il faut les arrêter à la première poussée de sueur. Ce qui donne une durée de 6 à 7 minutes. Les bains plus longs (10 à 15 minutes, environ, après la première poussée de sueur) sont toujours à base de vapeurs humides. On les supporte bien, en ouvrant de temps en temps le devant du peignoir, si la température s'élève trop haut. En principe à 60° ou 70° la température est largement suffisante pour

réaliser une bonne sudation. **Il est inutile d'atteindre ou de dépasser 90°** (marque rouge limite du thermomètre). Les sujets bien entraînés, dont la peau est élastique et vivante, c'est-à-dire qui s'ouvre facilement à l'appel du sang, suent à **50°**. Certains autres ont besoin de plusieurs séances d'adaptation pour voir apparaître **les sueurs** : ce sont ceux dont les **peaux** sont flasques et mortes, les grands arthritiques (mains et **pieds** toujours glacés). Ces malades ne doivent pas se décourager ; et en persévérant, ils retrouveront avec la chaleur de leur peau, **des sueurs favorables à leur guérison.**

Il nous a été donné d'expérimenter **les cures de sudation** pendant plus de **30 ans sur** des milliers de personnes, bien portantes ou malades ; et nous pouvons dire que **ces cures sont des méthodes générales de santé** qui conviennent **à tous, à tous les âges, et dans la plupart des maladies.**

**A PARTIR DE 40 ANS, LE BAIN DE SUDATION EST UNE CURE DE PROTECTION, CAR IL AIDE A PREVENIR L'ETAT DE TOXEMIE QUI NOUS GUETTE TOUS, SANS EXCEPTION. C'EST LE FAMEUX « BAIN DE JOUVENCE », TANT CHERCHE PAR LES ANCIENS.**

Dans les maladies, il n'y a pas de contre-indication sauf dans les grands états de défaillance, tuberculose **avec crachement** de sang, cancer généralisé, anémie pernicieuse, et autres formes de cachexie. La cure est indiquée dans toutes **les pléthores** : obésité, diabète floride, cellulite généralisée, gros foie, grosse rate, engorgements et nodosités des tissus, lipômes, rhumatismes, artrite, goutte, sciatique, etc... Elle est, encore, indiquée dans **les maladies féminines** : règles douloureuses et difficiles, dans les **néphrites**, les **maladies de la peau** : eczéma, acné, urticaire, zona, psoriasis, peau de poisson, dans **le retour d'âge des deux sexes.** Les résultats sont excellents dans la chute des cheveux, les sinusites, les otites, l'insomnie, etc...

Il est évident que **la sudation** agissant en profondeur est **polyvalente.** Il faut retenir, aussi, que les applications varient à l'infini en intensité.

Voici un exemple qui fera mieux comprendre au lecteur, la précision technique de certaines cures. Dans la **rougeole**, le moment le plus favorable pour le bain de sudation est au « clocher thermique » qui précède l'éruption. Au premier ou au deuxième bain, il se déclenche un erythème massif, qui fait en quelque sorte **exploser la maladie d'élimination** et libère le patient. En effet, **la guérison sera ensuite, très rapide, et les complications seront, à coup sûr, écartées.**



**La sudation,** méthode de drainage et d'élimination par la peau, malgré son efficacité, ne dispense pas des autres méthodes de santé qui appartiennent à l'**hygiène active.**

Tout d'abord, le **« régime autolytique »** doit être institué, parallèlement à la cure de sudation. Il ne suffit pas de **drainer** les substances étrangères organiques, **il faut aussi en tarir la source** : un métabolisme défectueux issu d'une alimentation trop abondante ou erronée. Le meilleur des régimes autolytiques est **la monodiète**, ou **jeûne modéré**, qui, sans priver le malade de nourriture, permet **l'autolyse** indispensable des mauvais tissus. Nous conseillons au lecteur de se reporter pour les régimes à nos deux autres livres, la **« Médecine par les Aliments »,** et la **« Santé par la Gourmandise ».** Ils y trouveront toutes les indications utiles.

**EN RESUME, LA SUDATION EST UN PROCEDE PARFAIT POUR REALISER L'ELIMINATION CUTANEE, SANS DANGER.**

**CHAQUE FAMILLE DOIT POSSEDER, CHEZ ELLE, UN APPAREIL DE SUDATION, C'EST UNE ASSURANCE CONTRE LA MALADIE, ET UN MOYEN D'AIDER L'ORGANISME A SE GUERIR EN CAS DE MALADIE DECLAREE. NOUS AVONS VU, TOUT AU LONG DE CET OUVRAGE, L'IMPORTANCE DE LA FONCTION ELIMINATRICE, ET PLUS SPECIALEMENT DE L'ELIMINATION CUTANEE. NOUS AVONS FAIT TOUS NOS EFFORTS POUR FAIRE COMPRENDRE LE ROLE DE LA PEAU, DANS LE MAINTIEN DE LA SANTE, ET LE PHENOMENE DE L'AUTO-GUERISON. AUCUNE AUTRE METHODE, QUE CELLE BASEE SUR LES PROCESSUS NATURELS, NE PEUT ETRE PLUS FAVORABLE A LA SANTE.**

# CONCLUSION

L'élimination, une des fonctions premières de la vie organique, se réalise par **les 4 émonctoires : la peau** (dont nous venons de parler) et **les reins, l'intestin** et **les poumons** (dont nous parlerons dans des ouvrages futurs).

L'hygiène naturelle, active, physiologique de profondeur, a pour but, au cours **des cures de désintoxication** de mettre en mouvement ces 4 émonctoires. Il existe des techniques précises stimulant les fonctions **des reins, de l'intestin** et **des poumons,** comme vous venez de lire celles destinées à la stimulation de **la peau** (de sa couche basale et de ses glandes).

**Les cures de revitalisation** suivent, en général, les cures de **désintoxication.** Après le **drainage** des surcharges toxémiques, il faut procéder au **comblage** des carences, creusées par l'état de toxémie préalable.

Il est habile de ne pas oublier, au cours de toute remise en état d'organique, d'instituer, en premier lien, une sérieuse **désintoxication** avant d'envisager des moyens de **revitalisation.** Ayez toujours à l'esprit, l'image très simple d'un moteur calaminé qui a besoin d'abord d'un nettoyage, puis, d'une réfection de pièce usée. Le moteur humain est victime d'un encrassement général, et les bruits, les ratés qu'on entend sont nos maladies visibles. Le désencrassement, la décalamination du moteur humain est une **désintoxication** par les 4 grands émonctoires ; sa revitalisation est l'auto-réfection qui se produit, spontanément, lorsqu'on apporte à l'organisme des aliments de choix, spécifiques et naturels, c'est-à-dire **biologiques.** Le « désencrassement » doit donc précéder logiquement la réfection des tissus usés.

Toute cure entreprise, en respectant ces données générales, est assurée d'aboutir à des améliorations extraordinaires, et à des états de rajeunissement organique, exceptionnels.

**CETTE CONCEPTION BIOLOGIQUE TRES SIMPLE EST LA CLEF DE TOUTE REGENERATION PHYSIQUE DE L'ORGANISME. IL SE PEUT QU'IL N'Y AIT PAS ASSEZ DE SCIENCES OU DE MYSTERES AUTOUR DE NOTRE ENSEIGNEMENT. POUR CEUX QUI AIMENT A SE MONTRER DE GRANDS SAVANTS MAIS LA VERITE EST QUE NOS TECHNIQUES REUSSISSENT ADMIRABLEMENT. AUSSI EST-IL LOGIQUE DE PENSER QUE CETTE REUSSITE DOIT CORRESPONDRE A QUELQUE CHOSE DE VRAI DANS NOS THEORIES.**

# Bon sens médical



Le grand problème est bien d'**éviter la maladie ou de guérir.** Nos méthodes apportent une solution très satisfaisante à ce problème ; tellement satisfaisante, même, que si elles pouvaient être généralisées par **un corps d'hygiénistes compétents**, aidés par quelques mesures gouvernementales, **la maladie disparaîtrait peu à peu de nos cités et les hôpitaux au lieu de s'agrandir démesurément devraient fermer leurs portes.** Ce qui serait le **critérium** d'une nation en bonne santé, alors qu'on s'extasie, au contraire, sur le développement des centres hospitaliers comme d'un perfectionnement sanitaire.

La **médecine classique,** comme un barrage devant un torrent ne fait que freiner l'évolution des maladies, mais sans pouvoir en tarir le débit croissant. **L'hygiène active**, (par la naturopathie), seule, s'attaque aux sources du mal, peut prétendre le détruire dans toutes ses formes, tarir définitivement toutes ses manifestations d'extension et régénérer la race humaine.

# A propos de la rage

Tous les animaux sont aptes à contracter la rage ; les uns la contractent par **inoculations**, chez d'autres, au contraire, cette maladie se développe spontanément.

Les **herbivores** (bœufs, chevaux, moutons) ne deviennent **enragés** que s'ils ont été mordus par un chien atteint de la rage, tandis que les **carnivores** (chiens, chats, loups, etc...) le deviennent **sans morsure.**

**Pourquoi les carnivores sont-ils dans ce cas ?** Nous allons l'expliquer. La maladie est la conséquence d'une accumulation dans notre organisme de produits de **dénutrition,** morbides, dont l'élimination est ralentie ou arrêtée. **L'élimination effectuée, la maladie n'existe plus.**

Cette élimination se fait, par différents organes (principalement **les glandes sudoripares**). Or, les **carnivores** ne suent pas ou très peu (ils n'ont que des rudiments de glandes sudoripares). Leur transpiration est nulle (ils tirent la langue pour mieux éliminer). De ce fait, les maladies sont plus graves, chez eux, que chez les herbivores.

On peut conclure que c'est justement à cette absence de **glandes sudoripares** qu'est due la tendance aux affections nerveuses en général, **et à la rage furieuse** en particulier, qu'on rencontre chez le chien.

On a enregistré des accidents de **nature rabiforme**, chez l'homme, après arrêt complet de la transpiration.

Les sauvages se guérissent **des piqûres de serpents** par des herbes sudorifiques. Les **Napolitains,** piqués par la tarentule, dansent au son de la musique, et se préservent ainsi de la mort par une transpiration abondante.

Ne connaît-on pas l'histoire de ce « cholérique » qui, s'évadant d'un lazaret et poursuivi par les gendarmes, courut à perdre haleine, pour s'affaiser, couvert de **sueur**, mais **guéri » (Docteur P. Bouillier).**

**N.D.L.R.** : La rage est une affection nerveuse (par refoulement de l'élimination de surface, ou par impossibilité de celle-ci à se réaliser). La **rage** des animaux à glandes sudoripares n'offre pas les mêmes caractéristiques que celle des **carnivores.** La paralysie est la conclusion de cette maladie.

Jadis, les hommes atteints de rage étaient soumis à la **sudation forcée** sous des couvertures de laine. On a prétendu, depuis qu'on cherchait à **les étouffer** entre deux matelas.

Il se peut que cette thérapeutique ait dégénéré, mais à l'origine elle avait pour mission de **guérir** par la sudation.

# TÉMOIGNAGE

J'avais 47 ans, et me croyais hors d'atteinte de toute maladie. Elle vint, pourtant, et me cloua au lit après une période de douleurs lombaires, allant en s'accentuant. On parla d'arthrose rhumatismale, avec détérioration de disques intervertébraux. Je fus, alors, soumis pendant des mois aux soins traditionnels par **piqûres, médications** et **rayons**, sans aucune amélioration. J'étais condamné, par la Faculté, à la « petite voiture » du paralytique et l'opération chirurgicale était envisagée, en dernier ressort. **Le pronostic était sombre.** Las, je refusai toute autre **méthode allopathique classique**, malgré la touchante bonne volonté prodiguée par les médecins amis qui m'avaient soigné jusqu'à ce jour...

Le hasard d'une lecture me mit sur la voie ; et en quelques semaines, je marchais sans canne. Puis ce fut une véritable envolée vers la guérison, la joie de vivre et la disparition de toutes mes douleurs. Aujourd'hui, je peux jouer au tennis et courir sur le stade comme avant ma maladie. J'ai retrouvé mes 20 ans.

Les médecins amis, qui m'ont traité, parlent de « miracle » ; mais il n'y a rien de mystérieux dans ma guérison. **Elle est simple et conforme aux enseignements de la Naturopathie.**

J'ai nettoyé mon organisme de son excès d'acide urique par des bains hyperthermiques et des sudations ; et j'ai réduit l'apport azoté par un régime restrictif assez sévère, interdisant, ainsi, « d'entrer par un côté à ce qui sortait par l'autre ».

Depuis, j'ai appris encore bien des choses sur l'art de la **Santé Naturelle** ; et je suis sûr, maintenant, de **« parer »** à toute nouvelle crise rhumatismale et autre maladie.

En lisant, ce livre vous pourrez, comme moi, vivre heureux dans la **paix de vos organes**, sans souffrance, ni impotence jusqu'à vos vieux jours. **La santé est le bien le plus précieux, mais aussi la chose la plus facile à acquérir.**

Nos médecins se perdent dans la « Science ». Un peu de « bon sens » est souvent préférable à une vaste connaissance. **L'art de vivre est simple ; ce sont les esprits des hommes qui sont compliqués.**

**Bordeaux**, 1er Juin 1961.

**M. P.**



# Table des Matières

Imprimerie
Jean LACHANAUD
Angoulême